සැඟවුණු බොදු මග යළි පුබුදන

හෙළ බොදු පියුම

ශ්‍රී බු. ව. 2562 ක් වූ උඳුවප් මස (ව්‍යවහාරික වර්ෂ 2018 දෙසැම්බර්)

88 වෙනි කලාපය

රටම ගිල ගත් වකුගඩු රෝගයට

හෙළ වෙදකමින් සාර්ථක ප්‍රතිකර්ම...



රු. 25/-

සැඟව ගිය බොදු මග යළි රැගෙන සෑම පුන් පොහෝ දිනකම එළිදකින දහම් සංග්‍රහය

ගුණ දහමට කරමු ගරු...

දරුවන් දැඩි කෙරුව හදවත ඇතුව සෙනේ
දෙගුරුන් කෙරෙහි නැති හැටි අද කෙළෙහි ගුණේ
මරුවන් විලස හැසිරෙන අය වුවද පෙනේ
දහමෙන් නැති බවද යහ ගුණ පුරුදු වුනේ

පොඩි අවදියෙම දරුවන් තරඟෙක යොදවා
දැඩි වෙහෙසකට පත් කර ගත සිත රිදවා
කඩි සර බවක් සතුටක් ඇති වෙද සොඳවා
වැඩි තෙරපුමක මතකය ගනු බැහැ රඳවා

නිදහස සොරා ගෙන පොඩි දරු පිරිස සතු
අදහස වුවද මහ වියතුන් කරනු මතු
උදහස වැඩෙන' යුරු කරදර නොකළ යුතු
ලද ලෙස තුටුව දහමට විය යුතුය නතු

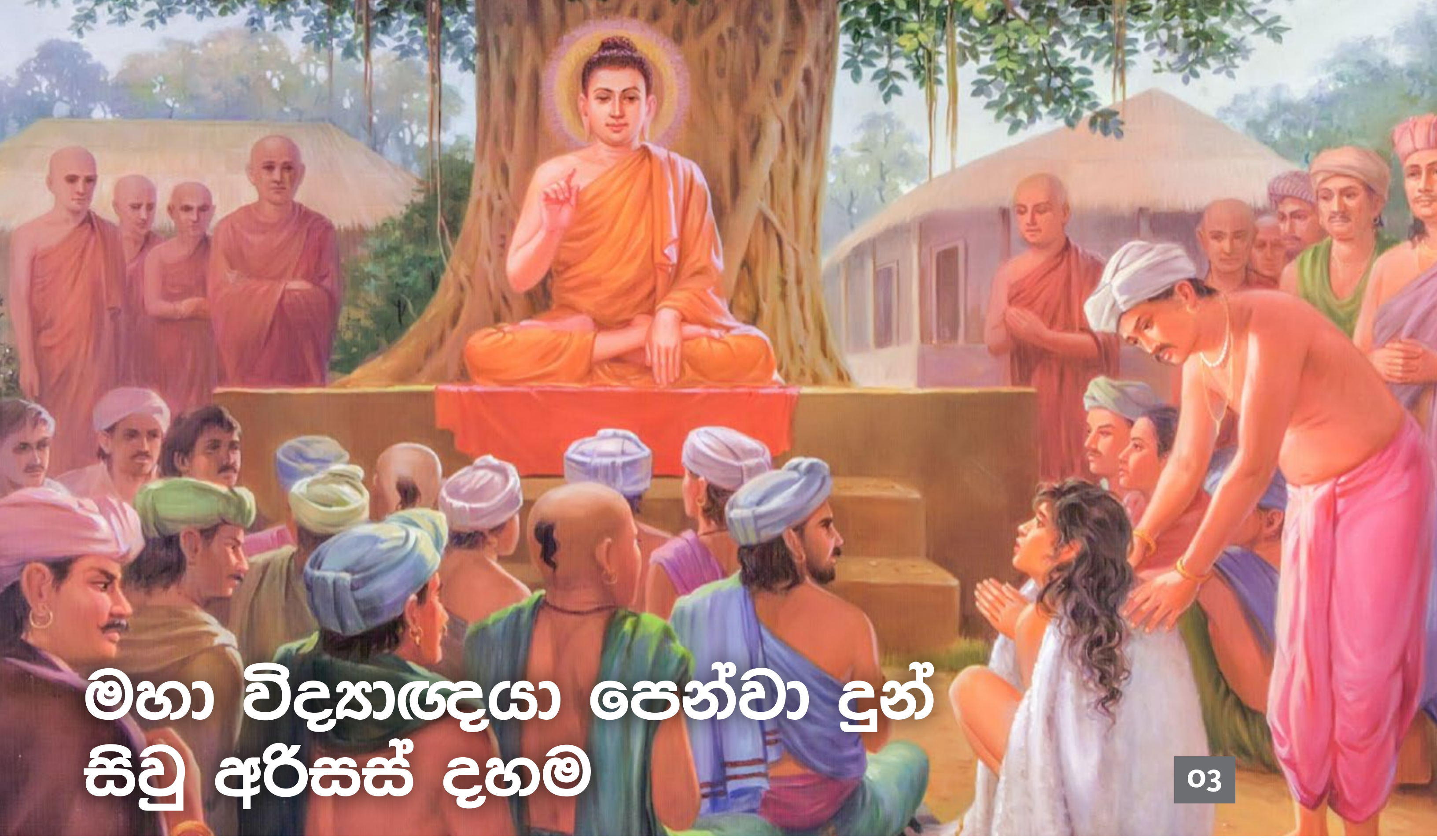
දරුවෝ ගහ ගනිති කඩු පොලු අතට ගෙන
මරුවෝ වෙති නොසළකති ගුණ දහම ගැන
කෙරුවෝ සැහැසිකම් දඟ ගෙය උරුම වුන
හෙළුවෝ කඳුළු මව්පියෝ එය දුකද මොන

කඳ බඩ මහත් කර හදැතිව නොවක් සෙනේ
විඳ ගත් නෙක ගැහැට නැති වුව දුකක් වුනේ
මඳ කුදු කියා නොම දුනි බුදු බණක් ගැනේ
බොඳ වනු ඇත සිහින එය පෙර පවක් අනේ

සිල්ප සතර ගැන පමණක් උගෙන දැන
අල්ප ලෙසට දහමට දෙනු කිමද තැන
ඉල්ප තුටුව පව්කම්වල යෙදෙන දන
කල්ප ගණන් විඳවති දනු නිරය ගැන

පබැඳුම - කාව්‍ය ශිරෝමණී පානදුරේ එස්. ඒ. එස්. පෙරේරා





මහා විද්‍යාඥයා පෙන්වා දුන් සිවු අරිසස් දහම

03

දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය පිළිබඳ මනා වැටහීමක් ඇති කරගන්න නම්, දුක කියන්නෙ මොකක්ද, විශේෂ සිද්ධාන්තයක් වශයෙන් අපි කොහොමද ඒක තේරුම් ගන්නෙ, මෙතෙක් කල් අහල නොතිබිච්ච දුකක් අපි කොහොමද තේරුම් ගන්නෙ කියන මේ කාරණා ටික හොඳින් විග්‍රහ කරල දැනගන්න ඕන. පසුගිය කලාපයෙනුත් හෙළිදරව් කළා, අපිට තේරුම් ගන්න බැරි වෙන විදිහට දුකක් වැහිල තියෙන බව. අන්න ඒක තෝරගන්න ඕන. අපි මෙච්චර කාලයක් දුකක් බව දන්නෙ නැතිව සැපක් කියල හිතාගෙන විඳපු දුකක් තියෙනවා. අන්න ඒ විඳල තියෙන්නෙ දුකක්, මොකටද ඒක විඳල තියෙන්නෙ, ඒ විඳපු දුක මොකක්ද, ඇත්ත වශයෙන්ම ඇයි අපිට ඒක වැටහුනේ නැත්තෙ කියල අපි විමර්ශනය කරල බලන්න ඕන.

අපිට මේ ලෝකෙ කොච්චර දේවල් දුකයි දුකයි කියල කිව්වත්, ඒවා පිළිබඳ අපි කොහොමද වටහා ගන්නෙ? දුකයි කියල නොකිව්වත් අපි දන්න හරියක් තියෙනවා. සැපයි සැපයි කියල හිතාගෙන ඉන්න එක දුකයි දුකයි කියල කියන්න ගියාම ඇතිවෙන ප්‍රශ්න ගැන හිතල බලන්න ඕන. මොකද විද්‍යානුකූලව හිතන, හොඳ නැණ නුවණක් ඇතිව විමර්ශනය කරන පින්වත් පිරිසකට, පෙනි පෙනී තියෙන සැප ස්වභාවයක් දුකයි කියල කියන්න ගියොත් ඒක ඒ අය පිළිගනියිද? ඒ වෙලාවට ඒක ඥානගෝචර දහමක් කියල තේරුම් ගනියිද? මෙන්න මේ කියන කාරණය ගැන ටිකක් හිතල බලන්න ඕන.

පුංචි දරුවෙකුට නම් එහෙම කරන්න පුළුවන්. පුංචි දරුවෙක් වටිනා කියන භාණ්ඩයක් අල්ලනව නම්, ඒ හේතුවෙන් ඒක කැඩිල බිඳිල යයි කියල හිතෙනව නම්, අපි ඒ පුංචි දරුවට කියනවා, චීචී පුතේ ඕකෙ කක්ක ඕක අල්ලන්න එපා කියල. එහෙම කිව්වම ඒ පුංචි දරුව ඒකෙ කක්ක ඇති කියල ඒක අහකට දාල යනවා. ඔය වචනෙ අමුතුවෙන් කියන්න දෙයක් නෑ. ගෙවල්වල ඉන්න පුංචි දරුවන්ට යමක අසූචි ගෑවිලා තියෙනවයි කියන්න ඔය වචනය පාවිච්චි කරනවා. මෙතනදි මොකක්ද සිද්ධ වෙන්නෙ? ඒ දරුව ඒක දන්නෙ නැති නිසා ඒ කියමන විස්වාස කරල පුංචිකමට ඒක අල්ලන්න යන්නෙ නෑ, අහකට දුවනවා. එතකොට අපේ වැඩේ නම් හරි, නමුත් පුංචි දරුව රැවටුනා.

මෙන්න මේ වගේ ලෝකයේ සැපයි කියල යමක් තියෙනව නම්, ඕක සැපයි කියල හිතන්න එපා, ඕක දුකයි කියල හිතන්නකො, ඕක දුකයිනෙ සැප වෙන්නෙ කොහොමද... කියල මේ වගේ අපි කාටහරි බණ කියන්න ගියොත්, එහෙම බණක් ලෝකයා පිළිගනියිද? ඒක විද්‍යාවක් කියල ලෝකයා පිළිගනියිද? ඒ ගැන හිතල බලන්න ඕන.

උදාහරණ විදිහට ප්‍රණීත ආහාරයක් අරගෙන, ඕක ප්‍රණීත ආහාරයක් නෙවෙයි මහ ජරාවක් කියල කිව්වට ඒක ලෝකයා පිළිගනියිද? මේ ආහාරය හරි රසයි ප්‍රණීතයි කියනකොට, ඕක රස දෙයක් නෙවෙයි දුක් ගොඩක් ගිනි ගොඩක් කිව්වට ලෝකයා පිළිගනියිද? හැමෝගෙම දිවට දැනෙන රස නැහැ කියන්නෙ මොන මෝඩයද කියල ගරහාවි, සමච්චල් කරාවි. ලෝකයා එහෙම පිළිගන්නෙ නෑ. ඒක එහෙම වෙන්නෙ කොහොමද කියල අහනවා. ඒක වෙන්නෙ මෙන්න මෙහෙමයි කියල පෙන්වන්න පුළුවන් නම් ඒක වටිනවා. මේකට කියනවා හේතු ඵල දහම් රටාව කියල. මෙන්න මේ හේතුව උඩයි මෙහෙම වෙනව කියල කිව්වෙ... මේ ආදී වශයෙන් ඒක න්‍යාය ධර්මයකට අනුව තේරෙන්න ඕන. ඒ න්‍යාය ධර්මය ඥානගෝචරයි. අන්න ඒ ඥානගෝචර ධර්මය නිසා මේක පිළිගන්න ඥානවන්තකම විතරයි අවශ්‍ය වෙන්නෙ. පඤ්ඤාවතෝ අයං ධම්මෝ නායං ධම්මෝ දුප්පඤ්ඤස්ස කියල දේශනා කළේ ඔන්න ඕකට. එහෙම නැතිව, මේ ධර්මය බෞද්ධයින්ටයි අබෞද්ධයින්ට නෙවෙයි කියල එහෙම නෙවෙයි පෙන්නුවෙ. මේ ධර්මය ඥානවන්තයින්ටයි දුෂ්ප්‍රාඥයින්ට හෙවත් තේරුම් ගන්න බැරි අයට නෙවෙයි කියලයි පෙන්නුවෙ.

එතකොට එහෙම ඥානවන්තයො, තේරුම් ගන්න බැරි අය කියන්නෙ කවුද? එහෙම සම්මත පක්ෂ දෙකක් ලෝකයේ නෑ. ආගම් දෙකක් වශයෙන් එහෙම දේකුත් නෑ. **කොයි ආගමේ කියල හිතාගෙන හිටියත් සමහර වෙලාවට හොඳ ඥානවන්තයො ඉන්නවා. ඒ වගේම අපි හොඳ ඉහල ආගමක ඉන්නෙ කියල හිතාගෙන ඉන්න අය අතරත් තේරුම් ගන්න බැරි මෝඩ අය ඉන්න පුළුවන්.**

එහෙනම් මෙතනදි මොකද වෙන්නෙ? මේ බුදු දහම නම් ඒ ජාති, කුල, ආගම් භේද වශයෙන් තියෙන භේදකර තත්ත්වයෙන් අහවල් පිරිසට කියල වෙන් කරන එකක් නෙවෙයි. එහෙනම් මේ බුදු දහම කියන්නෙ මොකක්ද? කොහේ හිටියත් ඥානවන්තයින්ටයි. ඥානවන්තයින් තමන්ගෙ බුද්ධිය මෙහෙයවල න්‍යාය ධර්මයකට අනුකූල වන්නාවූ ඒ විද්‍යා සිද්ධාන්තය බුද්ධි ගෝචර කරගෙන දැක්ක නම්, ඊට පස්සෙ කාටවත් පුළුවන්කමක් නෑ ඒ තත්ත්වය එහෙම නෙවෙයි කියන්න. එතකොට තමයි තමන් අවබෝධ කර ගත්ත වෙන්නෙ, සැක නැතිව තේරුම් ගත්ත වෙන්නෙ.

එහෙනම් යමක් දුකයි කියල අපි කොහොමද නිගමනය කරන්නෙ? සියල්ල දුකයි කිව්වොත් මොකද වෙන්නෙ? මේ සියල්ල දුකයි කියල තේරුම් කරල දෙන්න ගිහින් අද අපිට මුහුණ දෙන්න සිද්ධ වෙලා තියෙන ප්‍රශ්නයක් තියෙනවා. මේ බුද්ධාගම කියන්නෙ දුක පෙන්වන එකක් විතරයි, ඕක අපිට යහපතක් වෙන එකක් නෙවෙයි, ඔක්කොම අත්හැරල දාල එපා කරවන එකක්, දුක පෙන්වන එකක් බුද්ධාගම කියන්නෙ... මේ ආදී වශයෙන් ලෝකයේ සමහරු අතර කතා වෙනවා, ප්‍රචාරය වෙනවා. ඇයි එහෙම වෙන්නෙ? එහෙම බණ කියන නිසානෙ. සියල්ලම දුකයි කියල එහෙම බණ කියන්න ගියොත්, ඒක ඇත්තද කියල විමර්ශනය කරල බලන්න ඕන. එතනදි අපිට හොඳින් පැහැදිලිවම පේන්න තියෙන කාරණයක් තියෙනවා. සියල්ල දුකයි කිව්වම ඒක ඇත්තද කියල ඇහුවොත්, බැලූ බැල්මට කවුරුවත් උත්තර දෙන්නෙ නෑ සියල්ල දුකයි කියල.

බුදු පියාණන් වහන්සේ වැඩ ඉන්න කාලෙ එක්තරා භික්ෂූන් වහන්සේ නමක් විවේකව ඉන්න වෙලාවක උන්වහන්සේ වෙතට එක්තරා තරුණයෙක් ඇවිත් අහනවා, ස්වාමීනි ඔබ වහන්සේලා මොකද මේ හුදෙකලාව විවේකීව මේ විදිහට පැත්තකට වෙලා ඉන්නෙ, මොකක් දැකලද, මොකක් වටහාගෙනද කියල. ඉතින් පින්වත මේ සියල්ල දුකයිනෙ කියල ඒ භික්ෂූන් වහන්සේ ඔහොම උත්තරයක් දුන්නා. මේ වෙලාවෙදි ඒ තරුණයා, පෙනි පෙනී තියෙන සැපත් දැකල නැති, පෙනි පෙනී තියෙන සැපත් දුකයි කියන මෝඩයගෙන් මොනවද ගන්න තියෙන ධර්මය කියල යන්න ගියා. මේ අවස්ථාව බුදු පියාණන් වහන්සේට දැනගන්න ලැබිල අර භික්ෂුව කැඳවල අහනවා, කොහොමද ඒ ධර්මය කිව්වෙ කියල. ස්වාමීනි, මේ සියල්ල දුකයි කියල මම මෙහෙම කිව්වයි කිව්වා. ඇයි මෝඩයෝ එහෙම කිව්වෙ, කවුද එහෙම බණක් කියල තියෙන්නෙ, මම එහෙම දෙයක් දේශනා කරල තියෙනවද කියල දොස් කියල ඒ කාරණය මේ විදිහට පැහැදිලි කරල දුන්නා.

මහණ, මේ ලෝකයේ ප්‍රිය ස්වභාවයක්, මධුර ස්වභාවයක් නැත්නම් ලෝක සත්ත්වයා සැරිසරනවද? ඇලෙනවද? මේකෙ දුකක් කරදරයක් නැත්නම් ලෝක සත්ත්වයා මේකෙන් මිදෙනවද? මේ ලෝකෙ ප්‍රිය ස්වභාවයක්, මධුර ස්වභාවයක් තියෙන නිසා නේද ලෝක සත්ත්වයෝ මේකෙ ඇලෙන්නෙ? ඇයි ඒක නැහැ කියන්නෙ? මේ ලෝකෙ ආදීනවයක් තියෙන නිසා ඒක දැකල නේද මිදෙන්නෙ? කොහොමද ඒකත් නෑ කියන්නෙ?

එහෙනම් මේ දෙකම දකින්න ඕන. ඒ නිසා සියල්ල දුකයි කිව්වොත්, සියල්ලම දුකයි කියල නිගමනය කළොත් ඒක ඇත්තක් වෙන්නෙ නෑ. එහෙම නම් මේ ලෝකෙ කවුරුවත් සැරිසරන්නෙ නෑ, ලෝකය පිළිගන්නෙ නෑ. මේ සියල්ලම දුකයි කිව්වොත් ඒක පිළිගන්න හේතුත් නෑ. එහෙනම් කෙනෙක් එක පාරටම කලබල වෙන්න පුළුවන්, මේ ලෝකෙ සැපක් ඉතුරු කරල කතා කරනවද කියල. කෙනෙක් එහෙම අහන්න පුළුවන්. එතකොට බුදු රජාණන් වහන්සේ දේශනා කරල තියෙනවද සියල්ල දුකයි කියල. නෑ. උන්වහන්සේ දේශනා කළ ධර්මය බලන්න තව පොඩ්ඩක් ඈතට යන්න ඕන.

එහෙනම් බුදු රජාණන් වහන්සේ දුක විතරක් නෙවෙයි පෙන්නුවෙ, දුකට හේතුවත් පෙන්නුවා. දුකට හේතුව තමයි අර ප්‍රිය මධුර ස්වභාවය. "යායං තණ්හා පෝනෝ භවිකා නන්දිරාග සහගතා තත්‍රතත්‍රාභි නන්දිනී සෙයාථීදං කාම තණ්හා, භව තණ්හා, විභව තණ්හා". මෙන්න දුකට හේතුව පෙන්වල දුන්නා. **මේ දුකට හේතුව නැත්නම් ලෝක සත්ත්වයා සසර සැරිසරන්නෙ නෑ. දුකට හේතුවත් දුක නම්, ලෝක සත්ත්වයා ඒ පස්සෙ යන්නෙ නෑ. එහෙනම් දුකට හේතුව දුක නෑ. දුකට හේතුව ආස්වාදජනකයි.** ඒ නිසා ආස්වාදය ආස්වාදය හැටියට දකින්න, ආදීනවය ආදීනවය හැටියට දකින්න, නිස්සරණය නිස්සරණය හැටියට දකින්න කියලයි බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළේ. ආස්වාදය නෑ කියන්න ගියොත් යථාවබෝධය වැහෙනවා, සත්‍යය වැහිල යනවා.

එහෙනම් ආස්වාදය විග්‍රහ කරල බලන්න ඕන. ආස්වාදය ආස්වාදය හැටියට දකිනව කියන්නෙ, ආස්වාදය ගෙන දෙන දේ වැළඳ ගන්නවා, ඒක සිපගන්නවා, ඒකෙ එල්බ ගන්නවා කියන එක නෙවෙයි. ඒකෙ යථාර්ථය දකින්න ඕන. ආස්වාදයේ ස්වභාවය කොච්චරද? පමණ කොච්චරද? ආදීනව කොච්චරද? මෙන්න වැහිල තියෙන කොටසක්. අපි හිතල බලන්න ඕන වැහිල තියෙන ආකාරයෙන්. අපිට පේන්නෙ නැතිව දුක වැහිල තිබුනා. වැහිල තිබුන දුක කොහොමද අපිට දැනුනෙ? සැප ගොඩක් හැටියට. දුක් ගොඩක් මායාවකින් වැහිල තියෙනවා. ඒක සැප ගොඩක් හැටියට මායාවකින් පෙන්වනවා. මෙන්න මේක ඉස්සෙල්ලම දැකල පුරුදු වෙන්න ඕන. දුක දකින දහම් රටාව දකින්න ඕන. අපි සැපයි කියල හිතාගෙන ඉන්න මෙන්න මේ රටාව දකින ක්‍රම තියෙනවා. ඒ කරා ටිකෙන් ටික නැඹුරු වෙලා තමයි බුදු පියාණන් වහන්සේ පෙන්වා දුන්න දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය කොතැනද තිබුනෙ කියල දැනගන්න ඕන.

එහෙනම් අපි එතෙක් හිතාගෙන හිටියෙ මොනවද කියල එකින් එක විග්‍රහ කරල තේරුම් අරගත්තම තමයි දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය අපිට වැටහෙන්න පටන් ගන්නෙ. පුංචි උපමා 2 - 3 ක් අරගෙන මේ කාරණය ඉස්සෙල්ලම තේරුම් ගන්න බලමු. ඊට පස්සෙ විග්‍රහ කරල සිද්ධාන්ත ධර්ම දැනගන්න ඕන, තේරුම් ගන්න ඕන, මෙන්න මේ න්‍යාය ධර්මය තමයි මේ සිද්ධාන්තය අතර ක්‍රියාත්මක වුනේ කියල. ඊට පස්සෙ දැකගන්න පුළුවන්.

මහා විද්‍යාඥයා පෙන්වා දුන් සිවු අරිසස් දහම

අපි හැමෝටම තරුණ කාලයක් තියෙනවා. ඒ කාලෙ අත්දැකපු අය ඉන්නවා. දැනට අත්දකින අය ඉන්නවා. මෙන්න මෙබඳු කාලයකදි මන වඩන ස්ත්‍රියකට මන වඩන පුරුෂයෙක්, මන වඩන පුරුෂයෙකුට මන වඩන ස්ත්‍රියක් හෝ නැත්නම් තරුණ තරුණි කියන්නා වූ කාල සීමාව තුල එකිනෙකාට හිත බැඳෙන්නා වූ කාලයක්, තරුණ වයස් ස්වභාවයක්, නැත්නම් ඒ ආකාරයෙන් තියෙන කාලයක් එනවා. මෙන්න මේ කාලයෙදි මෙහෙම හිත බැඳෙන පිරිමියෙකුට ස්ත්‍රියක් හෝ ස්ත්‍රියකට පිරිමියෙක් හෝ මේ ආකාරයෙන් ඇසුරට වැටුන නම්, ඒ වෙලාවෙදි ඒ අයට හරි වටිනා දෙයක් හම්බ වෙලා තියෙනවා. දැන් මොකද කියන්නෙ? ඒ මගේ රන් කඳ. මෙන්න මේ වගේ මහා වටිනා වස්තුවක් හැටියට හඳුන්වන, ලොකු වටිනාකමකින් හිතෙන් දරාගෙන ඉන්න යම් දෙයක් මේ ලෝකෙ තියෙනවා. ඒ දේ මට ලැබුනොත් කොච්චර හොඳද? අනේ ඒ දේ මම කරගත්තොත්, මගේ කරගත්තොත් කොච්චර වටිනවද? මගේ වාසනාව.

මෙන්න මේ වගේ හිතන, ඒ වගේ වටිනා දේවල් දකින කාලයක් එනවා. එතකොට වටිනා වස්තුවක් හම්බ වුනා කියල රෑ දවල් දෙකේ හිත හිතා ඉන්නවා. ඒක එක කාලයක වස්තුවක්. දැන් මේකෙ යථාර්ථය හිතල බලන්න. මොකක්ද දැන් හම්බ වුනේ? අනේ බං ඒකි රන් කඳක්, ඒකා රන් කඳක්. යාළුවො එක්කත් මෙහෙම කියනවා. ඒකිව ලැබුනෙ නැත්නම් / ඒකව ලැබුනෙ නැත්නම් මගේ ජීවිතෙන් වැඩක් නෑ. මේ වගේ දෙපැත්තම කතා කරනවා. දැන් අපි දැක්ක රන් කඳන් දෙකේ ඇත්තටම රන් කඳක් තිබුනද? අපි මොනවටද රන් කඳ කියල කිව්වෙ? අපි රැවටිලා කිව්වද, ඇත්ත වශයෙන්ම රන් කඳක් නිසා කිව්වද? පොඩ්ඩක් හොයල බලන්න ඕන. දැන් අපි ඒ රන් කඳක් කියල නිගමනය කරපු තරුණයා හෝ තරුණිය හෝ ඒ තැනැත්තා අයිති කරගන්න බලාපොරොත්තුවෙන ආකාරයෙන්ම ලැබුන නම් තමන්ට දුකක් ලැබුන කියල නිගමනය කරයිද? නැත්නම් මට සැප දෙයක් ලැබුනා, බලාපොරොත්තුවක් ඉෂ්ට වුනා කියල සතුටු වෙයිද? අපි එතනදි හොයාගන්න ඕන සැඟවිලා තිබ්ච්ච දුක. ඒ සැඟවිලා තිබ්ච්ච දුක, සැප ස්වභාවයෙන් අපිව රැවැට්ටුවා. ඒ ගැන විමර්ශනය කරල එකින් එක විග්‍රහ කරල බලන්න ඕන. මේ ඇතුලත තියෙන විවිධත්වය හරියට දර්ශනය කරන්න ඕන. නැත්නම් විදර්ශනය කරල බලන්න ඕන. විදල බලන්න ඕන. එතකොට තමයි ඇත්ත පේන්නෙ. එහෙනම් කොහොමද බලන්නෙ?



දැන් හරි ලස්සනයි, ප්‍රිය මනාපයි කියල තරුණයෙක් හෝ තරුණියක් එකිනෙකා කෙරෙහි හිත බැඳුන නම් අන්න ඒ වස්තුව / පුද්ගලයා වෙන් කරල අහල බලනවා. මේ තැනැත්තා පිළිබඳ වටිනාකම මිල කරනව නම්, ඔබට කොච්චර මිල කරන්න පුළුවන්ද? මට මිල කරන්න බෑ. ඒ තරම් වටිනා වස්තුවක්. මට ඒක ඕන. නැත්නම් මම සියදිවි හානි කරගන්නවා. මෙන්න මේ විදිහට මිල කරන්න බැරි වස්තුවක් හැටියට අපි නිගමනය කරගන්න අවස්ථා තියෙනවා. දැන් එහෙනම් පොඩ්ඩක් ඉන්න කියල ඔය වටිනා වස්තුවේ බර කිරනවා. කිලෝ 40 යි, 50 යි, 55 යි කියල අන්තිම මිම්මටම කිරල බලල බර කියනවා. එහෙනම් ඔය ටික නේද වටිනවයි කිව්වෙ?

දැන් පොඩි දෙයක් කරල දෙනවා. බරෙන් පොඩ්ඩක්වත් අහකට ගන්නෙ නෑ. ඔය වටිනා බර ටික ඔක්කොම ලබා දෙනවා. සැර අම්ලයක් අරගෙන පුළුන් කෑල්ලක තවරල අර මූනෙ තියෙන පැහැපත් හංකඩේ ගැලවිලා යන්න අතුල්ලනවා. දැන් බැලුවොත් මොකද කියන්නෙ? ලේසියෙන් නම් හොඳ කරගන්නත් බෑ. අර ඇසිඩ් ගහපු කෙනාගෙ මූණ කියන්නෙ, අන්න ඒ වගේ වෙනවා. දැන් ඉතින් හොඳ කරල ගෙනාවත් හැම තැනම ළප කැළැල් ගොඩයි. දැන් අර මගේ රන් කඳ කියල කිව්ව කෙනා, ළඟට එක්කගෙන එනවද? දැන් අර හංකඩේ ගිය මූණ, එක එක විදිහට කැළැල් හැදිච්ච මූණ තියෙන පුද්ගලය ගෙනත්, මෙන්න ඔබ ඉල්ලපු රන් කඳ බාර ගන්න කිව්වොත් දැන් මොනව කියයිද? කලින් තිබ්ච්ච බරෙන් මංචාඩියක්වත් අඩු වෙලා නෑ, දැන් බාර ගන්න කිව්වොත් බාර ගනියිද? අපෝ මළ යකා වගේ, මළ යක්ෂණී වගේ, දැන් නම් කොහොමටවත් එපා, මේ පැත්තට එන්නත් එපා කියනවා. දැන් මොකද වුනේ?

අර තිබ්ච්ච කෙස් ටිකත් එහෙම්ම තියෙනවා, ලොම් ටිකත් තියෙනවා, නියපොතු ටිකත් තියෙනවා, දත් ටිකත් තියෙනවා, මස් ටිකත් තියෙනවා, හමත් තියෙනවා, නහරත් තියෙනවා, ඇටත් තියෙනවා, ඇට මිදුළුත් තියෙනවා, වකුගඩුත් තියෙනවා, අර තිස් දෙයාකාර කෑලි ටික කලිනුත් තිබුනා, දැනුත් තියෙනවා. එහෙනම් ඉස්සර වෙලා හිත බැඳ ගත්ත කිව්වෙ අර කිලෝ 40 - 50 ආදී වශයෙන් බර කිරපු ඔය ටිකමයි. ඒ ටිකට තමයි රන් කඳ කිව්වෙ. ලැබුනෙ නැත්නම් මැරෙන්නයි දැඟලුවෙ. දැන් ඒ ටිකමයි එපා වෙලා තියෙන්නෙ.

එහෙනම් කල්පනා කරල බලන්න, අපි එකතු කරගන්න රැස් කරගන්න දඟලල තියෙන්නෙ, සැප ගොඩක් කියල හිතාගෙන ඉඳල තියෙන්නෙ මොකක්ද? ලස්සන කියන එක්තරා මායාවක් තිබුනා. අන්න ඒ මායාවක් තාවකාලිකව ඔප් නංවල මතු කරල දුන්න නිසා ඒකට කොටු වෙලා තිබ්ච්ච, වැඩක් නැති හරයක් නැති ගොඩක්ම රන් කඳක් කියල බාර ගත්තා.

එහෙනම් මෙන්න ලෝකයාට අහු වෙලා තිබ්ච්ච නැති දුකක්. දැන් මොකද කියන්නෙ? රන් කඳක් කියල බාර ගන්න වෙලාවෙ නම්, හරි වාසනාවක්, සම්පත්තියක් හම්බ වුනා කියල කැමති වුනා. දැන් අර කියන්නා වූ මායා දර්ශනය අහක් කරල ඒ ටිකම බාර දුන්නම කියනවා, මට වුනේ මහ කරුමයක්, මහ දුක් ගොඩක් මට බාර ගන්න සිද්ධ වුනේ, මොන පාපයක්ද මම කරල තිබුනෙ කියල. ඒ පැත්ත අදහන, විස්වාස කරන

අය එහෙම කියනවා. එහෙම නැත්නම්, මට නම් දැන් කොහොමටවත් ඕන නෑ කියල ඒ කෙරෙහි කලකිරෙනවා, එපා වෙනවා, දුක් වෙනවා. සමහරවිට ගහමරා ගන්නවා. අන්තිමට සමාජ සම්මත නීතිවලින් ලැබෙන දඬුවම්වලට අමතරව තව තවත් කර්ම විපාක හදාගෙන, ගනුදෙනු හදාගෙන ඒවත් විඳගෙන සසර ගමන යනවා. ඒවා කවදා කොහොම කෙළවර වෙයිද දන්නෙ නෑ.

දැන් මේ වගේ දේවල් අද සමාජයේ කොච්චර නම් අහන්න දකින්න ලැබෙනවද? අර ලස්සනයි කියන රූපය අවලස්සන වෙන්න පුංචි වෙලාවයි ගත වෙන්නෙ. එක්කො හදිසි අනතුරක් වෙලා, එහෙම නැත්නම් කවුරුහරි තරහට ඊර්ෂ්‍යාවට මොනවහරි අනතුරකට භාජනය කරල, එහෙමත් නැත්නම් හදිස්සියේම ඇතිවෙච්ච රෝගාබාධයකින් එහෙම දේවල් කොච්චර නම් වෙනවද? ඊට පස්සෙ ඒකට කොච්චර නම් ගහමරා ගන්නවද?

එහෙනම් හිතල බලන්න. අපි හැම දෙයක් තුලම මායා දර්ශනයක් ආලේප කරනවා. අමුතු දේකින් නෙවෙයි. ඒ හංකඩේමයි ඔප් නැංවිලා හරි ලස්සන මූණ කිව්වෙ. එහෙනම් මූණෙ මොනවද දැක්කෙ? හංකඩයක් ඔප් නැංවිලා, ඔප් නැංවිච්ච හංකඩයෙන් සම්බන්ධ වෙලා විහිදිච්ච ආලෝකය සමග එකතු වෙලා අන්න ඒ ආලෝකය නිසා හට ගත්ත පරාවර්තනය වෙච්ච ආකාරයක් දැකල, ඒ ආකාරයේ තිබුන රොඩු ගොඩ හරි වටිනා දෙයක් කියල බදා ගත්තා.

ඔය එක උදාහරණයක් විතරයි. ඔය වගේ සංගීත භාණ්ඩයක් ගත්තොත් ඒකෙ නාදෙ බොහොම මිහිරියි, හොඳයි. ඒක හරි වටිනා එකක් කියල ගේනවා. පුංචි පළුද්දක් වෙලා අර නාදෙ නැතිවෙලා ගියා නම් පැත්තකට දානවා. වටිනාකම ඉවරයි. ඇඳුමක් ගේනවා හරි හැඩයි කියනවා. ඒකෙම තිබ්බච ඔප මට්ටමකට රුවටිලා ඒක පරිස්සම් කරනවා. ඒ ඔප මට්ටම නැතිවෙලා ගියාම කියනවා, ගොමස්කඩ වෙලා, වැරහැලි වෙලා, අඳුරු වෙලා කියල. දැන් ඉතින් ගමනකටවත් අඳින්න බෑ වැඩක් නෑ කියල පැත්තකට දානවා.

එහෙනම් මොනවද අපි අරගෙන තියෙන්නෙ? ප්‍රියයි, මනාපයි, යහපතයි කියල ගත්ත රොඩු ගොඩවල් ටික. ප්‍රිය මනාප ආකාරයෙන් හඟවල තිබුනෙ මොකක්ද? ඒ වටා බැඳිල තිබ්බච ලස්සන, සුවඳ, රස, මුදු පහස... මේ ආදී වන්නා වූ මායා ස්වභාවයන්ගෙන් ඔප් නැංවිච්ච දෙයක්. මෙන්න මේ ටික තමයි අපි මෙච්චර කාලයක් දැක්කෙ නැත්තෙ. අපි හිතල තිබුනෙ නැත්තෙ ඔන්න ඔය ටික. ඇත්ත ඇති ආකාරයෙන් හිතන්න බලන්න තියෙද්දි අපි එහෙම කරල තිබුනෙ නෑ. මෙන්න මේ නිසාම මුලාවෙ වැටිල අපි ඒ මුලාවෙන් කොටු වුනා. හරියට බිළී කොක්කෙ ඇමක් ගහල ඇලට දොලට දාපුවම ඇම කන්න එන මාලුවා බිළී කොක්කෙ පැටලෙනව වගේ දුක් ගොඩක් ගොඩ ගහගෙන බැඳගෙන ඒ උඩ පැටලෙන්න සිද්ධ වුනා. ඒ අර මායා දර්ශනයේ පැටලීම නිසා. දැන් මේ වගේ හදා ගත්ත ගොඩවල් තමයි අපි ළඟ වැඩි හරියක් තියෙන්නෙ.

අපි පොඩ්ඩක් හිතල බලමු, අපි ළඟ යම් කිසි බඩුබාහිරාදියක් තියෙනව නම්, ඒව ලැබෙන මුල් අවස්ථාවෙ කොහොමද ඒවා අපිට ළඟා වුනේ, ඒ වෙලාවෙ අපි හැසිරුනේ කොහොමද කියල. හොඳ එකක්, ලස්සන එකක්, මටසිලිටි ස්වභාවයක් නිසාමයි ගෙනාවෙ. හැඩ වැඩ තිබ්බච නිසාමයි ගෙනාවෙ. සුවඳ තිබ්බච නිසාමයි ගෙනාවෙ. රස තිබ්බච නිසාමයි ගෙනාවෙ. ඒ මොහොතට ඇතිවෙච්ච සතුටත් කියල නිම කරන්න බෑ. මේ ආදී වශයෙන් ලොකු වියදමක් වෙහෙසක් මහන්සියක් දරල අපිට ඒවා ගේන්න හේතුව බැලුවම අපි ප්‍රිය කරන ලස්සන, සුවඳ, රස, මුදු මොළොක් බව, ප්‍රබෝධය, වසඟකාරීත්වය, පවිත්‍රතාවය... මේ ආදී මායා ඔප් නැංවීම් නිසා ඒවා දැකලයි ගෙනත් තියෙන්නෙ. දැන් පරණ වෙච්ච බඩු ටික ඔක්කොම බැලුවම ඒ හැම පරණ බඩුවක්ම මුලදි ගේන්න හේතු වෙලා තියෙන්නෙ ඔය කියන මායාවෙන් වහල තිබ්බච නිසා. අන්න ඒකමයි අපිව රවට්ටපු දේ. හැබැයි ඒ රවට්ටපු මායාව ප්‍රිය, මධුර ස්වභාවයෙන් යුක්තයි. හැබැයි ඒ ප්‍රිය, මධුර ස්වභාවය මොකකද තිබුනෙ? වැඩක් නැති, දුකට හේතු වෙන රොඩු ගොඩක් මුල් කරගෙන. අන්න ඒ වටා තමයි ඒවම ඔප් නංවල ඔය මායා දර්ශනය මතු කරල තිබුනෙ. ඒ නිසා මායාවට රැවටුන ලෝකයා මොකද කරන්නෙ, අර දුක් ගොඩ සැපයි සැපයි කියල අරගන්නවා. හැබැයි අරගෙන තියෙන්නෙ මොනවද? දුකට හේතු වෙන දුක් ගොඩක්.

දැන් මේ විදිහට අරගන්නවා ගෙයක්. හැබැයි නිකං ගෙයක් නෙවෙයි. ලස්සන ගෙයක්. ලස්සන කියන මායාවෙන් වහපු රොඩු ගොඩක්. අපි බලාපොරොත්තු වෙනවා ලස්සන කෙනෙක් / ලස්සන දෙයක්. ඇත්ත වශයෙන්ම කියනව නම්, ලස්සන කියන මායාවෙන් වහපු රොඩු ගොඩක් තමයි අපි බලාපොරොත්තු වෙන්නෙ. මොනවද තව තියෙන්නෙ? ඔය ආකාරයෙන් හැඩයි වැඩයි, ලස්සනයි, සුවඳයි, රසයි... ආදී වශයෙන් කියන දේවල්. ලස්සන සුවඳ මල් ගහ කියල අරගෙන එනවා. මල් වත්තක් හදනවා. හැබැයි ලස්සන කියන ඔප මට්ටමෙන් රවට්ටල වහල දාල තිබුනෙ රොඩු ගොඩක්. සුවඳ මල් කියල අරගත්තා. රොඩු ගොඩක් තුලින් මතු වෙලා තිබුන සුවඳ කියන ස්වභාවයෙන් රවට්ටල රොඩු ගොඩක් පරිහරණය කරන්න මග සලස්වල දුන්නා. හොඳ බෝගන්විලා ගහ, හොඳ ලස්සන මල් ටික කියල, අර කටු ගොඩක් තියෙන අතු ටිකක් ගෙනත් හරිම ලස්සන වටිනා දෙයක් කියල තියාගෙන ඉන්නවා. මොකක් නිසාද? මල හරි ලස්සනයි. ලස්සන නිසාමයි ගෙනාවෙ. එහෙනම් ලස්සන කියන මායාවෙන් වහල කටු ගොඩක් ගෙනත් දුන්නා.

මෙන්න මේ ආකාරයෙන් ලෝකය තුල මම, මගේ කියන ගොඩක් හදල ඒවා හරි වටිනවයි කියන හැඟීමක් ඇති කරවල, ඒවායින්ම ඔප මට්ටමක් ආස්වාද වශයෙන් හිතෙන් අල්ලගෙන, ඒක හරි වටිනවයි කියන දෘෂ්ටියකට පත් වෙලා ලෝක සත්ත්වයා ප්‍රිය මනාපයක් බලාපොරොත්තුවෙන් මහා ආදීනව ගොන්නක් සහිත දේවල් ගොඩ ගහගන්නවා. හැබැයි ගොඩ ගහගෙන තියෙන්නෙ ඔක්කොම උත්සාහයෙන් විරියෙන් මහන්සියෙන් ගොඩනැංවිය යුතු දේවල්. ගොඩ නගල තියෙන්නෙ එහෙමයි. ඊට පස්සෙ මොකද වෙන්නෙ? ඒවා අරගෙන ඇවිත් වෙහෙස වෙලා, දුක් වෙලා, මහන්සි වෙලා තමයි මම කරගෙන, මගේ කරගෙන හිතාගෙන ඉන්නෙ. ඊට පස්සෙ ඒවට මොනවද වෙන්නෙ? කොච්චර මම කරගෙන, මගේ කරගෙන කැමති සේ පවත්වගන්න හැදුවත්, කැමති සේ පවත්වගන්න බැරි වෙලා ඒවා පරණ බඩු බවට පත් වෙලා ගෙවිල ගිහින් පැත්තකට දානවා. ඊට පස්සෙ දුක් වෙවී නැවතත් ඒ ජාතියේ අලුත් එකක් අල්ල ගන්න බලනවා. ඒකටත් කාලයක් යනකොට ඒ දේමයි සිද්ධ වෙන්නෙ.

දැන් එහෙනම් බලාපොරොත්තුව ඉෂ්ට වෙලා නෑ. මොකක්ද තිබුන බලාපොරොත්තුව? ඒවා මම

නිවන් ලැබ දෙන කමටහන්...

04 කොටස



ලෝකයේ යථා ස්වභාවය දහමට අනුව අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත වශයෙන් තේරුම් ගත්තට පස්සෙ, එතනින් එහාට සසර ගමන කෙළවර කර ගන්නත්, ඉහාත්ම සුඛ විහරණය සඳහා දැහැන් වඩන්නත්, ආර්ය සමාධි ලබන්නත් පොදුවේ සියලු පින්වතුන්ට වැදගත් වන, වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේට සමාධියෙන් නැගුනු තවත් කමටහන් කිහිපයක් මෙවරත් සටහන් කරනවා. සමහර කර්මස්ථාන බැලු බැල්මට බොහෝ දුරට එක හා සමාන වගේ පෙනුනත්, සුළු සුළු වෙනස්කම් සහිතව සඳහන් කරල තියෙන්නෙ, ඒ ඒ පුද්ගලයන්ට ගැලපෙන විදිහට අවස්ථානුකූලව සමාධියට නැගිච්ච ආකාරය අනුව.

කැමති ආකාරයෙන් පවත්වගන්න ඕන. ඒත් අන්තිමට මොකක්ද සිද්ධ වුනේ? කැමති සේ පවත්වගන්න බැරි වුනා. හිතේ තිබුනෙ මොකක්ද? කැමති සේ පවත්වගන්න. ඇයි කැමති සේ පවත්වන්න ඕන වුනේ? අර ප්‍රිය ස්වභාවය, මධුර ස්වභාවය දැකල ඒකට වසඟ වෙලා. නමුත් ධර්මතාවය මොකක්ද? යමක් හට ගත්ත නම් ඒක විපරිනාමයට පත් වෙනවා, ඒ තත්ත්වය වෙනස් වෙලා යනවා. ඒ ආකාරයෙන් වැනසිලා යනවා. අපි ප්‍රියයි මනාපයි යහපතයි කියල නිගමනය කරන හැම වස්තුවකම මෙන්න මෙහෙම ස්වභාවයක් තියෙනවා.

එහෙනම් මොකක්ද සිද්ධ වුනේ? අන්න ඒ ධර්මතාවය ඒකට උරුම නිසාම අපි කියනවා, ලෝකය අනිච්ච ධර්මතාවයෙන් යුක්තයි, විපරිනාම ධර්මතාවයෙන් යුක්තයි කියල. මේ කියන කතාව ඇත්තද කියල ඉස්සර වෙලා බලන්න ඕන. එතකොට ලෝකයේ ස්ථිර නැති ස්වභාවයක් තියෙනවා. විපරිනාම හෙවත් විනාසය කරා පරිවර්තනය වෙන ස්වභාවයක් තියෙනවා. අපි සැපයි, දුකයි කියන සියල්ලටම ඔය ධර්මතාවයේ උරුමයක් තියෙනවා. එහෙනම් මේ කියන කතාව ඇත්තද? මේක විද්‍යා සිද්ධාන්තයක්ද? මේක බුදු දහම, බුදු හාමුදුරුවන්ගෙ එකක් කියල ගන්න අදහස පැත්තකින් තියල, කිසිම ජාති කුල මල ආගම් භේදයක් නැතිව මහා විද්‍යාඥයෙක් විද්‍යා සිද්ධාන්තයක් ඉදිරිපත් කරල තියෙන බව තේරුම් ගන්න ඕන. අන්න ඒ සිද්ධාන්තයෙන් යමක් තේරුම් ගත යුතු ක්‍රමයක් දීල තියෙනවා.

මොනවහරි මේ ලෝකෙ හට ගත්ත දේවල් තියෙනවද, ප්‍රියයි මනාපයි යහපතයි කියල මම කරගන්න, මගේ කරගන්න බලාපොරොත්තු වෙන දේවල් තියෙනවද, ඒ හිතාගෙන ඉන්න හැම දේකටම උරුම ස්වභාවයක් තියෙනවා. ඒකෙ ධර්මතාවය මොකක්ද? පරිනාමයට හෙවත් ඒකෙ තියෙන ආකාරයෙන් තවත් ආකාරයකට පත් වෙලා ගිහින් වැනසිලා යනවා. ඒකෙ ස්වභාවය ඒකයි. එහෙම ස්වභාවයක් ඇත්තා වූ දේවල් තමයි අපිට ඕන විදිහට පවත්වගෙන යන්න අරගෙන තියෙන්නෙ. අපි කොයි තරම් අපිට ඕන හැටියට ලෝකයේ දේවල් පවත්වන්න බලාපොරොත්තු වුනත්, අපි කොච්චර ප්‍රිය කළත්, මනාප හැටියට සැළකුවත් ඒවාට උරුම ධර්මතාවයක් තියෙනවා. අන්න ඒක වළක්වන්න කාටවත් පුළුවන්කමක් නෑ. ඒකට ජාති භේදයක්, කුල භේදයක්, ආගම් භේදයක් නෑ. හැම දේකටම පොදු ධර්ම නියමයක්, විද්‍යා සිද්ධාන්තයක් තියෙනවා. විපරිනාමය කරා යනවා. තිබුන ආකාරයෙන් පවතින්නෙ නෑ.

එහෙනම් ඒ ධර්මතාවය දකිනකොට මොකද වෙන්නෙ? සැප දේටත් ඕක ලැබෙනවා. දුක දේටත් ඒක ඔය ආකාරයමයි. යමක් සැපයි කියල අපි හිතාගෙන හිටියත් ඒකෙ ස්වභාවයත් විපරිනාමයට පත් වෙනවා, වැනසෙනවා, එතකොට දුක් වෙනවා. ඒ වගේම යමක් දුකයි කියල අපි නිගමනය කරගෙන හිටියත් ඒකෙ ස්වභාවයත් විපරිනාමයට පත් වෙනවා, වැනසෙනවා, එතකොට සතුටු වෙනවා. ඉතින් මේ දෙකම තියෙනව මිසක් දෙකෙන් එකක් අහක් කරපු ලෝකයක් නෑ. දුක අහක් කරල සැප විතරක් තියෙන ලෝකයක් නෑ. සැප අහක් කරල දුක විතරක් තියෙන ලෝකයකුත් නෑ. මේ දෙකම තියෙන නිසාමයි ලෝක සත්ත්වයා සසර සැරිසරන්නෙත්, සසරින් මිදෙන්නෙත්. සැප ස්වභාවය දැකල සැරිසරනවා. දුක් ස්වභාවය දැකල මිදෙනවා.

පූජ්‍යපාද වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ විසින් යළි මතු කළ සැඟවුනු දහම් කරුණු ඇසුරෙන් සකස් කළේ:

නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන

ඒ වගේම මේ කර්මස්ථානවල සඳහන් සමහර කර්මස්ථාන වාක්‍ය තුන් වතාවක් වඩන්න කියල පොදුවේ සඳහන් කරල තිබුනත්, තමන්ට පහසු විදිහට කැමති වාර ගණනක් වඩන්න පුළුවන්. අනෙක් කර්මස්ථාන වාක්‍යත් එහෙමයි.

මේ බොහොමයක් කමටහන්වලින් ලෝකයේ ආදීනවයි, ආනිසංසයි දෙපැත්තක් කියවෙනවා. ඉස්සෙල්ලම ආදීනවය දැකගෙන තේරුම් අරගෙන ඉන්න ඕන. ඒ කියන්නෙ මේ ලෝකයේ අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත ස්වභාවය. ඒක දැකගත්තට පස්සෙ ආනිසංස පැත්ත වැඩිපුර වඩන්න ඕන. ඒ කියන්නෙ නිවන් පැත්ත. ඒ නිසා මූලික දහම් අවබෝධය තියෙන පින්වතුන්ට ආදීනවය පැත්ත නැවත වතාවක් සිහි කරගෙන ආනිසංස පැත්ත පුළුවන් තරම් වැඩිපුර වැඩීමෙන් හොඳ ප්‍රතිඵල ලබා ගන්න පුළුවන්. කාලයක් වඩාගෙන යනකොට තමන්ට වඩාත් හොඳින් ගෝචර වන සහ වැඩෙන කර්මස්ථාන වැඩි වැඩියෙන් භාවිතා කිරීමෙන් ඒ ඒ පින්වතුන්ගේ හේතු වාසනා අනුව ඉහල ප්‍රතිඵල අත්පත් කරගන්න පුළුවන්.

148. සියලු ලෝක ආස්වාද බන්ධන
අනාථයි ///
අතහැරීම නාථයි
අතහැරීම වෙත්වා
නොඇල්ම නාථයි
නොඇල්ම වෙත්වා
මිදීම නාථයි
මිදීම වෙත්වා
නිවනම නාථයි
නිවනම වෙත්වා
සැවොම නිබ්බාන පරම සුඛයෙන්
සුඛිත වෙත්වා ///

149. මමද සියලු සත්ත්වයෝ අනාථ
ලෝකයෙහි ඡන්ද රාගයෙන්
නොබැඳෙත්වා - අත්හැරෙත්වා
නොඇලෙත්වා - මිදෙත්වා

150. සියලු සංඛාර සියලු සංඛත
අතහැරීම නාථයි
නොඇල්ම නාථයි
මිදීම නාථයි
නිවනම නාථයි

151. සම්මා තිසරණ සරණයි
මටද සියලු සත්ත්වයන්ටද
නිවනම නාථයි
නිවනම වෙත්වා ///

152. සංසාර ගමන අනාථයි
සැවොම සංසාර ගමනින්
අතමිදෙත්වා

153. සංසාර මිච්ඡා දිට්ඨිය
අනාථයි ///
මමද සියලු ලෝක
සියලු සත්ත්වයෝ
සංසාර මිච්ඡා දිට්ඨියෙන්
අතමිදෙත්වා ///

154. සංසාර පැවැත්ම අනාථයි
නිස්සාරයි
අතහැරීම නාථයි
නොඇල්ම නාථයි
මිදීම නාථයි
නිවනම නාථයි ///

155. සංසාර මිච්ඡා දිට්ඨිය
අනාථයි ///
අතහැරීම නාථයි
නොඇල්ම නාථයි
මිදීම නාථයි
නිවනම නාථයි
මමද සියලු ලෝක
සියලු සත්ත්වයෝ
සංසාර මිච්ඡා දිට්ඨියෙන්
අතමිදෙත්වා ///

156. දුර වේවා - ළඟ වේවා
පෙනෙන වේවා
නොපෙනෙන වේවා
සියුම් වේවා - ඝන වේවා
හීන වේවා - ප්‍රණීත වේවා
අතීත වේවා - වර්තමාන වේවා
අනාගත වේවා
සියලු ලෝක අනාථයි
නිවනම නාථයි ///

157. කාම භව ඡන්ද රාග
අනාථයි ///
සැමට කාම භව ඡන්ද රාග
නිරෝධ වෙත්වා ///
රූප භව ඡන්ද රාග
අනාථයි ///
සැමට රූප භව ඡන්ද රාග
නිරෝධ වෙත්වා ///
අරූප භව ඡන්ද රාග
අනාථයි ///
සැමට අරූප භව ඡන්ද රාග
නිරෝධ වෙත්වා ///
සියලු භව ඡන්ද රාග
අනාථයි ///
සැමට සියලු භව ඡන්ද රාග
නිරෝධ වෙත්වා ///

158. රූප ලෝක අනාථයි
වේදනා ලෝක අනාථයි
සංඥා ලෝක අනාථයි
සංඛාර ලෝක අනාථයි
විඤ්ඤාණ ලෝක අනාථයි
සියලු ලෝක අනාථයි ///
අතහැරීම නාථයි
නොඇල්ම නාථයි
මිදීම නාථයි
නිවනම නාථයි ///

159. රාග භව අනාථයි
රාග භව නිරෝධ වෙත්වා
ද්වේශ භව අනාථයි
ද්වේශ භව නිරෝධ වෙත්වා
මෝහ භව අනාථයි
මෝහ භව නිරෝධ වෙත්වා
මාර භව අනාථයි
මාර භව නිරෝධ වෙත්වා
අවිදු භව අනාථයි
අවිදු භව නිරෝධ වෙත්වා

160. ලෝක අනාථයි
නිවනම නාථයි

161. ලෝක අනාථයි
නිරෝධ නාථයි

162. කාම ලෝක අතහැරීම නොඇල්ම
මිදීම නාථයි
රූප ලෝක අතහැරීම නොඇල්ම
මිදීම නාථයි
අරූප ලෝක අතහැරීම නොඇල්ම
මිදීම නාථයි
සියලු ලෝක අතහැරීම නොඇල්ම
මිදීම නාථයි

163. චක්ඛු ලෝක අනාථයි
රූප ලෝක අනාථයි
චක්ඛු විඤ්ඤාණ ලෝක අනාථයි
සෝත - ශබ්ද - සෝත විඤ්ඤාණ
ඝාන - ගන්ධ - ඝාන විඤ්ඤාණ
ජිව්හා - රස - ජිව්හා විඤ්ඤාණ
කාය - ස්පර්ශ - කාය විඤ්ඤාණ
මනෝ - ධර්ම - මනෝ විඤ්ඤාණ
(පෙර සේ විස්තර කරගන්න)
සියලු ලෝක අනාථයි
නිවනම නාථයි ///

164. රූප ලෝක අනාථයි
වේදනා ලෝක අනාථයි
සංඥා ලෝක අනාථයි
සංඛාර ලෝක අනාථයි
විඤ්ඤාණ ලෝක අනාථයි
සියලු ලෝක අනාථයි
නිවනම නාථයි ///

165. කාම ලෝක අනාථයි
රූප ලෝක අනාථයි
අරූප ලෝක අනාථයි
සියලු ලෝක අනාථයි
අතහැරීම නාථයි
නොඇල්ම නාථයි
මිදීම නාථයි
නිවනම නාථයි

මමද සියලු ලෝක
සියලු සත්ත්වයෝ
අතහැරීම වෙත්වා
නොඇල්ම වෙත්වා
මිදීම වෙත්වා
නිවනම වෙත්වා

166.මමද සියලු ලෝක සියලු
සත්ත්වයෝ කෙරෙහි
අතහැරීම වෙත්වා
නොඇල්ම වෙත්වා
මිදීම වෙත්වා
නිවනම වෙත්වා

167.කාම ලෝක අනාථයි
රූප ලෝක අනාථයි
අරූප ලෝක අනාථයි
සියලු ලෝක අනාථයි
නිවනම නාථයි
අතහැරීම නාථයි
නොඇල්ම නාථයි
මිදීම නාථයි
නිවනම නාථයි
මමද සියලු ලෝක සියලු
සත්ත්වයෝ
අතහැරීම නාථයි - අතහැරීම
වෙත්වා
නොඇල්ම නාථයි - නොඇල්ම
වෙත්වා
මිදීම නාථයි - මිදීම වෙත්වා
නිවනම නාථයි - නිවනම වෙත්වා

168.සියලු ලෝක
අනාථයි ///
අතහැරීම නාථයි
නොඇල්ම නාථයි
මිදීම නාථයි
නිවනම නාථයි ///
සියලු සත්ත්වයෝ සතර අපායෙන්
මිදෙත්වා
සියලු සත්ත්වයෝ කාම
ලෝකයෙන් මිදෙත්වා
සියලු සත්ත්වයෝ රූප
ලෝකයෙන් මිදෙත්වා
සියලු සත්ත්වයෝ අරූප
ලෝකයෙන් මිදෙත්වා

169.මටද සියලු ලෝක සියලු
සත්ත්වයන්ටද නිවනම නාථයි
නිවනම වෙත්වා

170.අවිජ්ජා පංචස්කන්ධයෝද
එහි සියලු ඡන්දරාගයෝද
අනාථයි ///
අතහැරීම නාථයි
නොඇල්ම නාථයි
මිදීම නාථයි
නිවනම නාථයි ///

171. අවිජ්ජා පංචස්කන්ධ පිළිබඳ
ඡන්දරාග
අනාථයි ///
අතහැරීම නාථයි
නොඇල්ම නාථයි
මිදීම නාථයි
නිවනම නාථයි ///

172. උපාදානස්කන්ධය
අතහැරීම නොඇල්ම මිදීම නාථයි

173.චක්ඛු ලෝක අනාථයි
රූප ලෝක අනාථයි
සෝත ලෝක අනාථයි
ශබ්ද ලෝක අනාථයි
ඝාන ලෝක අනාථයි
ගන්ධ ලෝක අනාථයි
ජිව්හා ලෝක අනාථයි
රස ලෝක අනාථයි
කාය ලෝක අනාථයි
පොට්ඨබ්බ ලෝක අනාථයි
මනෝ ලෝක අනාථයි
ධම්ම ලෝක අනාථයි
සියලු ලෝක අනාථයි ///
නිවනම නාථයි ///

174.ඇස චක්ඛු ලෝකයයි
ඇසට ගෝචර රූප ලෝකයයි
කන සෝත ලෝකයයි
කනට ගෝචර ශබ්ද ලෝකයයි
නාසය ඝාන ලෝකයයි
නාසයට ගෝචර ගන්ධ ලෝකයයි
දිව ජිව්හා ලෝකයයි
දිවට ගෝචර රස ලෝකයයි
කය කාය ලෝකයයි
කයට ගෝචර ස්පර්ශ ලෝකයයි
මන මනෝ ලෝකයයි
මනට ගෝචර දැනීම් ධර්ම
ලෝකයයි
සියලු ලෝක අනාථයි ///
අතහැරීම නාථයි
නොඇල්ම නාථයි
මිදීම නාථයි
නිවනම නාථයි ///

175.පංච උපාදානස්කන්ධ අනාථයි
නිවනම නාථයි ///

176.අවිජ්ජා පංචස්කන්ධ පිළිබඳ
සියලු ඡන්ද රාග
අනාථයි ///
අතහැරීම නාථයි
නොඇල්ම නාථයි
මිදීම නාථයි
නිවනම නාථයි

177.උපාදානස්කන්ධය
අතහැරීම නාථයි
නොඇල්ම නාථයි
මිදීම නාථයි
නිවනම නාථයි

178.පංචස්කන්ධ අනාථයි
නිවනම නාථයි

179.රූප ස්කන්ධය අනාථයි
වේදනා ස්කන්ධය අනාථයි
සංඥා ස්කන්ධය අනාථයි
සංඛාර ස්කන්ධය අනාථයි
විඤ්ඤාණ ස්කන්ධය අනාථයි
පැවැත්ම අනාථයි
නිවනම නාථයි ///

180.රූප ස්කන්ධ අනාථයි
වේදනා ස්කන්ධ අනාථයි
සංඥා ස්කන්ධ අනාථයි
සංඛාර ස්කන්ධ අනාථයි
විඤ්ඤාණ ස්කන්ධ අනාථයි
පංචස්කන්ධයම අනාථයි
නිවනම නාථයි ///

181.පංච කාමයෝ අසාරයි
නිරෝධ වෙත්වා
නිබ්බාන නාථයි
නිබ්බාන වෙත්වා

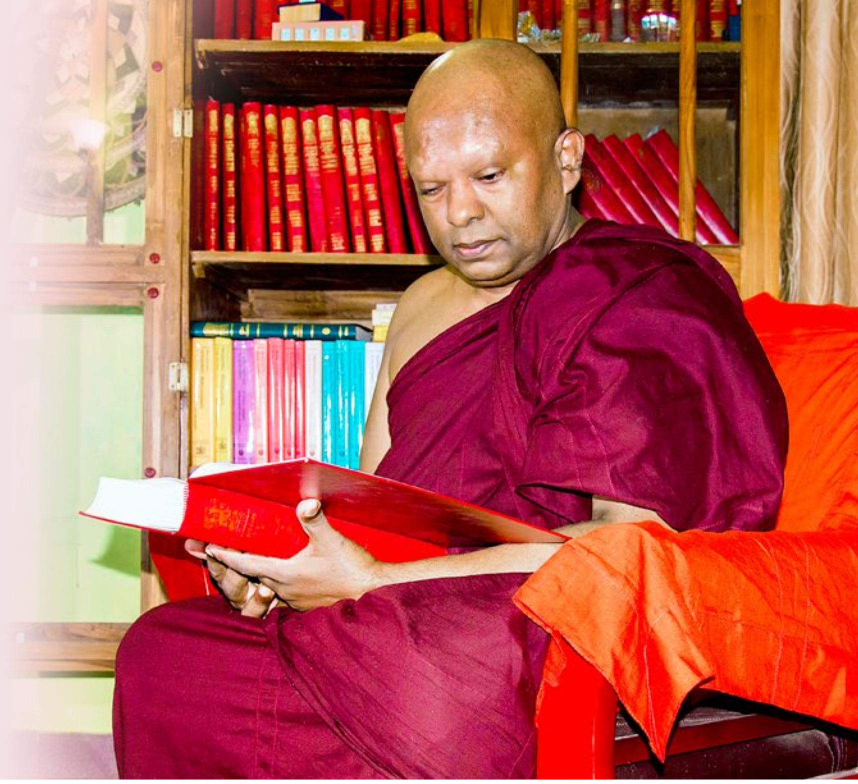
182. අතහැරීම නාථයි
නොඇල්ම නාථයි
මිදීම නාථයි
නිවනම නාථයි ///

සටහන
නිතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන

සියවස් ගණනාවකට පෙර සැඟව ගිය නිමල බොදු මග යළි පුබුදුවමින්,

හෙළ බොදු පියුම දහම් කරුණු ඔබ වෙත රැගෙන එන්නේ, බුදු පියාණන් වහන්සේ අනුදැන වදාළ, අග්ගඤ්ඤ සූත්‍රය, නිරුක්තිපථ සූත්‍රය සහ අරණවිභංග සූත්‍රය යන සූත්‍රාන්තයන්ට අනුව, දහම් පදවල සැඟවුණු දහම් අරුත් මතු කරන පද නිරුක්ති සහ අතීතය, වර්තමානය, අනාගතය හඟවන තුන්කල් නිරුක්ති සහිත ව්‍යවහාර ශබ්ද නිරුක්ති ක්‍රමවේදය අනුව මිස, උන්වහන්සේ අනුමත නොකළ ලිඛිත භාෂා රීති සහිත බමුණන්ගේ ත්‍රිවේද නිරුක්ති මත නොවන බව සලකන්න.

පෙළ දහමේ සැඟවුණු තැන් සොයා...



20 වන කොටස

මජ්ජිම නිකාය - 2

චූල සකුළුදායී සූත්‍රය - 376 පිටුව

චූල සකුළුදායී පරිබ්‍රාජික, නිරන්තර සර්වදර්ශී සර්වඥ බව කියන නිගණ්ඨනාථපුත්ත සමග කළ කතාවකදී ඇති වූ විකෘති ගති පිළිබඳවත්, බුදුන් වහන්සේගෙන් බණ අසන විට විටෙක අතීත භව, අනාගත භව ආදියේ කරුණු සාකච්ඡා කිරීම එම දිවැසි ඇති අය සමග කළ යුතු අයුරුත්, මෙම භවයේ පටිච්ච සමුප්පන්නව දහම් දකින අයුරුත් කළ දේශනාව මෙහි අඩංගුය. මීට පෙර මේ පරිබ්‍රාජිකට මූලධර්මය වන, මෙය ඇති කල්හි මෙය වේ, මෙය උපන් කල්හි මෙය උපදී... ආදී දහම දේශනා කළ විට එය ඔහුට නොවැටහෙන බව කියා තම ඇදුරු ලොල්හි පෙන්වා ඇති පරම වර්ණය ගැන ඇසූ විස්තර මේ සූත්‍රයේ අඩංගුය.

වේඛනස්ස සූත්‍රය - 394 පිටුව

වේඛනස්ස පරිබ්‍රාජික බුදු රජුන් ඉදිරියේ පරම වර්ණය පරම වර්ණය... යැයි උදම් අනනු දැක ඒ පිළිබඳව යථාර්ථය පෙන්වමින් බුදු රජුන් කළ විග්‍රහයක් මෙහි සඳහන් වේ.

ඝටීකාර සූත්‍රය - 404 පිටුව

බුදුන් වහන්සේ කොසොල් දනව්වෙහි චාරිකා කරන කලෙක එක් පෙදෙසකදී වේහලිංග නම් නියම් ගමක් පෙර කල තිබුණු තැනක වැඩ හිඳ කාශ්‍යප බුදු රජුන්ගේ කාලයේ වූ සිද්ධියක් දේශනා කර ඇත. කුඹල්කරුවෙක් වූ ඝටීකාර නම් උපාසකවරයෙක් සමග ගෞතම බුදු රජුන්ගේ බෝධි සත්ත්ව අත්බැවක ජෝතිපාල මානවකව සිටියදී සිදු වූ කතා පුවතක් මෙහි සඳහන් වේ.

රට්ඨපාල සූත්‍රය - 420 පිටුව

රට්ඨපාල කුල පුත්‍රයා මව්පියන්ගෙන් අවසර ගෙන පැවිදි වීම ගැන දීර්ඝ විස්තරයක් මේ සූත්‍රයේ සඳහන් වේ.

මඛාදේව සූත්‍රය - 452 පිටුව

බුදුන් වහන්සේ බෝධි සත්ත්ව පාරමී පුරන කාලයේ මඛාදේව නම් සක්විති රජව කටයුතු කළ අයුරුද, සිව් බඹ විහරණ වඩා තම පරපුරට කළණ වැට පිහිට වූ අයුරුද, මෙකල බුදු වී ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය නමැති කළණ වැට පිහිට වූ අයුරුද, එය නොකඩවා පවත්වාගෙන යන්න ආනන්ද හිමියන් දිරි ගැන්වූ අයුරුද විස්තර වේ.

මධුර සූත්‍රය - 466 පිටුව

අවන්ති පුත්‍ර මධුරාපුරවාසී රජතුමා මහා කච්චායන තෙරුන් මුණ ගැසී, බමුණන් ඔවුන් ශ්‍රේෂ්ඨ වර්ණය අන්‍යයෝ හීන වර්ණ යැයි කියන කතාවේ යථාර්ථය විග්‍රහ කරගෙන ඇත. දේශනාව අවසානයේ රජතුමා කච්චායන හිමියන් සරණ යයි. එවිට උන්වහන්සේ රජතුමාට බුදු පියාණන් සරණ යන ලෙස පෙන්වා ඇත. ඒ බුදු රජුන් පිරිනිවන් පා ඇති බවත්, නමුත් බුදු සරණ යා හැකි බවත් පෙන්වා ඇත.

බෝධිරාජ කුමාර සූත්‍රය - 480 පිටුව

බෝධිරාජ කුමාරයා අලුත ඉදි කරන ලද කොකනද පහය නම් ප්‍රාසාදයෙහි බුදු රජුන් වැඩමවා දුන් දානයකින් පසු මතු කළ කරුණක් වන, සුවයෙන් සුවය ලද නොහැකිය, දුකකින්ම සුවය ලද හැකිය යන කරුණ මුල් කරගෙන බුදු රජුන් කළ දේශනාවක් ඇතුලත්ය. දුෂ්කර ක්‍රියා කොට කයට දුක් දී නිවන් ලැබිය නොහැකි බවත්, කාමයෙන් වෙන්ව අකුසල ධර්මයන්ගෙන් වෙන්ව ධ්‍යාන වැඩූ බවත්, ඒ සුඛයට බිය නොවූ බවත්, ඒ නිවනට මග බවත්, ත්‍රිවිධ්‍යා වඩා සිව් අරිසස් අවබෝධ කොට සම්බෝධියට පැමිණි බවත් සඳහන් කර ඇත.

අංගුලිමාල සූත්‍රය - 516 පිටුව

අංගුලිමාල නම් මිනීමරු මානවකයා දමනය කර භික්ෂුත්වයට පත් කර පිළිවෙත පෙන්වාදී අරිහත්වයට පත් කළ කතා පුවත මෙහි අන්තර්ගතය.

පිය ජාතික සූත්‍රය - 530 පිටුව

තම එකම පුතා මළ සොවින් දුක් වන පුද්ගලයෙකුට, සියලු දුක්, ප්‍රිය දේ නිසා සිදුවෙතැයි කළ දේශනාව ඔහු සහ බාහිර පෘතජ්ජන ලෝකයා නොපිළිගන්නා අයුරුද, ඒ සත්‍ය කරුණු පෙන්වා දුන් අයුරුද, මල්ලිකා දේවිය කොසොල් රජුට ඒ සත්‍යය විග්‍රහ කර දුන් අයුරුද පෙන්වා ඇත. (අද වනවිට දහමේ සැඟව ගිය වැදගත් කාරණයක් මෙයින් විග්‍රහ වේ. එනම් ප්‍රිය දේවල් දුක් දෙන බව.)

බාහිතික සූත්‍රය - 540 පිටුව

කොසොල් රජතුමා සහ ආනන්ද හිමියන් අතර වූ සාකච්ඡාවකින් කාය, වාග්, මනෝ සමාචාර හා අසමාචාර, ඥාන ගෝචරව සොයා ගන්නා අයුරු විග්‍රහ වේ. තථාගතයන් වහන්සේ හැම අකුසල් දහම් ප්‍රහීණය, කුසල් දහම්

සම්පූර්ණය. (මින් පෙනෙන්නේ රහතන් වහන්සේ කුසල් කර්ම නොකර සිටීමක් නොව, අරිහත් ඵලයෙන් සියලු කුසල් සම්පූර්ණ නිසා ඉන් වැඩිය කරන්න කුසලයක් ඉතිරි නැති බැවින් කුසල් එකතු කිරීමක් නොකෙරෙන බවයි.)

<u>ධම්ම චේතිය සූත්‍රය - 550 පිටුව</u>

කොසොල් රජතුමා බුදු රජුන් කෙරෙහි භක්ති ප්‍රණාමයෙන් වඳිමින් ගෞරව කරමින් ත්‍රිවිධ රත්නයේ අත්දුටු දහම් තුලින් කරන ගුණ වර්ණනාවක් කියවේ. ඒ පෙන්වූ ගුණ බුදු පියාණන් වහන්සේ විසින් ධර්ම චෛත්‍ය ලෙස දේශනා කර එය ආදී බ්‍රහ්ම චරිය බවත්, භික්ෂූන්ට අසන, දරන, පුහුණු කරන ලෙසත් පෙන්වා ඇත.

<u>කණ්ණකත්ථල සූත්‍රය - 562 පිටුව</u>

බුදු පියාණන් වහන්සේ දකින්න ගිය කොසොල් රජු ඇසූ පැනයක් මෙසේ වේ. කොසොල් රජු බුදු රජුන් මෙසේ කියන බව තමා අසා ඇති බව පැවසීය. "යමෙක් සියල්ල දන්නේ සියල්ල දක්නේ නිරවශේෂ ඥාන දර්ශනය පිළිණ (ප්‍රතිඥා) කරන්නේ නම් එබඳු මහණෙක් හෝ බමුණෙක් නැත" යනුයි. මෙය බුද්ධ දේශනාවක් නොව, අසත්‍යයෙන් අභූතයෙන් බුදු රජුන්ට කරන චෝදනාවක් බව පෙන්වා ඇත. එසේම බුදුන් වහන්සේ දේශනා කරන ලද යමක් වරදවා තේරුම් ගෙන කියන කතාවක් බවද උන්වහන්සේ පෙන්වා ඇත. දේශනා කළ සත්‍ය ක්‍රමය නම් "යමෙක්, එකවරම සියල්ල දන්නේ සියල්ල දක්නේ නම් එබඳු මහණෙක් හෝ බමුණෙක් නැත" යනුයි. ඒ පිළිබඳ විස්තර ඇත. එසේම රජ, බමුණු, ක්‍ෂුද්‍ර, වෙළඳ යන සතර කුල (වර්ණ) පිළිබඳ වෙනස හා නොවෙනස විස්තර කර ඇත.

<u>බ්‍රහ්මායු සූත්‍රය - 576 පිටුව</u>

බ්‍රහ්මායු බ්‍රාහ්මණ, උත්තර මානවක නම් ශිෂ්‍යයා ලවා බුදු පියාණන් වහන්සේගේ දෙතිස් ලකුණු පරීක්‍ෂා කළ විස්තරය ඇත. උන්වහන්සේගේ විවිධ ඉරියව් පවත්වන විස්තරද ඇත. බ්‍රහ්මායු බමුණුගේ ගෞරව වන්දනාව හා දහම් දෙසුමකදී කළ යුතු අනුපූර්ව කතාව ඇත. එනම් දාන කතා, සීල කතා, සග්ග කතා... ආදියයි.

<u>සේල සූත්‍රය - 598 පිටුව</u>

කේණිය ජටිල බුදුන් ප්‍රමුඛ මහ සඟනට දානයක් දීම, සේල බ්‍රාහ්මණ බුදු රජුන් ගැන අසා වේද ධර්ම අනුව දෙතිස් මහා පුරිස ලකුණු සිහි කිරීම හා සක්විති රජ වේ නම් පහළ වන රත්න 7 සිහි කිරීම, එදිනම බුදු රජුන් දැක 300 ක් පිරිස සමග පැවිදි වීම සහ දින 7 කින් අරිහත්වයට පත් වීම පෙන්වා ඇත.

<u>අස්සලායන සූත්‍රය - 610 පිටුව</u>

බමුණු පිරිස් විසින් ඇරයුම් කළ අස්සලායන මානවක චතුර් වර්ණ පිළිබඳව ප්‍රතිමන්ත්‍රණයට (වාදයට) ගිවිසවා ගැනීම, බ්‍රාහ්මණයන් ශ්‍රේෂ්ඨ වර්ණ බව පවසන විට බැමිණියන්ට දාව උපන් අය බව බුදුන් වහන්සේ හේතු සහිතව පැවසීමෙන් දුර්මුඛ වූ අස්සලායන මානවකට, බමුණන්ගේ වර්ණ දෘෂ්ටිගෙන සිටි පෙර තවුස් බමුණු 7 දෙනෙකුගේ මානය බිඳීමට කාලදේවල ඍෂීන් කළ මාන බිඳීමද දේශනා කර ඇත. මව්පිය සත් පරපුර සුද්ධ බමුණු සංවාසයෙන්ම වූහයි දන්නේද?... ආදී ලෙස කරුණු පෙන්වා මානය බින්ද අයුරු විස්තර වේ.

<u>ඝෝටමුඛ සූත්‍රය - 628 පිටුව</u>

ගෝටමුඛ බමුණු සහ උදේන තෙරුන් අතර වූ කතාවක් සඳහන්ය. එනම්, අත්තන්තප (තමා විසින් තමාටම දුක් දී තැවීම) - පරන්තප (අනුන්ට දුක් දී තැවීම) - අත්තන්තප පරන්තප දෙකින් යුත් - අත්තන්තප පරන්තප නොවූ හෙවත් ඉහාත්මයෙහිම තෘෂ්ණා රහිතව සිසිල් වූ නිවුනු යන හතර කොටසයි. ගෝටමුඛ බමුණු උදේන තෙරුන් සරණ යන විට බුදු රජුන් සරණ යන ලෙස දන්වා සිටියේය. එහෙත් බුදු රජුන් පිරිනිවන් පෑ කලකි. (පිරිනිවන් පැවත් බුදු සරණ යා හැක)

<u>චංකී සූත්‍රය - 646 පිටුව</u>

ඕපසාද නම් බමුණු ගමට වැඩි බුදුන් වහන්සේ දැකීමට චංකී බ්‍රාහ්මණද ඒ ගම්වැසි සමග ගිය කතා පුවතත්, ඒ ඇසූ විවිධ බමුණු පිරිස් (500 ක් පමණ) චංකී බමුණාගේ විශේෂ බමුණු ප්‍රසාද ගුණ කියා ගමන නුසුදුසු බවත්, බුදුන්ම චංකී බමුණු හමුවට ඒම සුදුසු බවත් කී විට, ඔහු බුදුන්ට ඒ සියලු ගුණ සපිරි අයුරුත් කියා අන්‍ය බමුණු පිරිසට ඒත්තු ගන්වා සැවොම බුදු රජුන් දකින්න ගිය අයුරුත්, මේ අතර කාපටික නම් සොළොස් වයස් මානවකද ප්‍රශ්න ඇසීම ඇරඹූ හැටිත්, බමුණු පිටක සම්ප්‍රදාය අනුව ගෙනෙන වේද මන්ත්‍ර මුල් කර බමුණන් නිෂ්ඨාවට බසින අයුරුත් කී විට යථාර්ථ දේශනාව බුදු රජුන් කළ අයුරුත් මෙහි ඇත.

ලෝභ, ද්වේශ, මෝහ යන මේ ධර්ම තුනට අනුව තම කතාව ක්‍රියාව ඇත්නම්, එහි අන්‍යයන් සමාදන් කරවා නම්, එය අධර්ම මග බව දැන අලෝභ, අද්වේශ, අමෝහ යන මේවාට අනුව කතාව ක්‍රියාව ඇත්නම්, අන්‍යයෝද ඒ අනුව යොදවා නම් ධර්මයයි දකින අයුරු පෙන්වා ඇත. මේ අවබෝධ මාර්ගය නිවනින් පූර්ණ කරන තුරු නියම දහම් මග පවසා ඇත.

(මේ අනුව වර්තමානයේ සමහර ශ්‍රව්‍ය දෘෂ්‍ය මාධ්‍ය උපයෝගී කරගෙන ඇතැම් ගිහි පැවිදි පිරිස් විසින් දහම් දෙසනවා යැයි කියමින්, පටන් ගත් වෙලේ පටන් අන්‍ය භික්ෂූන්ට පහත් අන්දමින් බැන වදිමින් අපහාස උපහාස කරමින් නිර්දය ලෙස කරන විවේචන අධර්ම මග බවත් දැනගන්න.)

<u>ඒසුකාරී සූත්‍රය - 668 පිටුව</u>

බමුණන්ගේ සතර පරිචාර්යාවත් (සේවය කිරීම), බුදුන් වහන්සේ පැනවූ පරිචර්යා ක්‍රමයත් මෙහි පෙන්වයි. යමෙකුට පරිචර්යා හේතුවෙන් ශ්‍රද්ධා, සීල, ස්‍රැත, ත්‍යාග, ප්‍රඥා වැඩේ නම් ඒ පරිචර්යාව යහපති. ඒවා නොවැඩේ නම් අයහපති. මේ ගැන විස්තර ඇත.

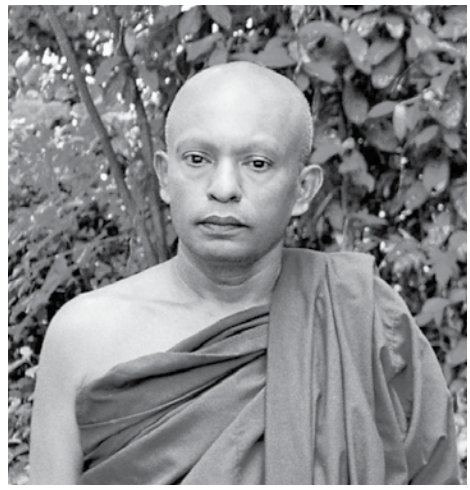
<u>ධනඤ්ජානි සූත්‍රය - 680 පිටුව</u>

සැරියුත් හිමියන් දක්ෂිණගිරි දනව්වේ සැරිසරන කලෙක එක් භික්ෂුවක් උන්වහන්සේගේ සුව දුක් විමසා, ධනඤ්ජානි බමුණාගේ ප්‍රමාද දෝසයක් අසා ඒ බමුණාගේ යහපතට කළ කටයුත්තක් මෙහි දැක්වේ. සැරියුත් හිමියන් ධනඤ්ජානි බමුණාට ප්‍රමාදයේ ආදීනවත් අප්‍රමාදයේ ආනිසංසත් දේශනා කළ අයුරුද, බමුණු එය අනුමෝදන් වූ අයුරුද පෙන්වයි. පසුව ධනඤ්ජානි බමුණා රෝගී විය. ඉන්පසු සැරියුත් හිමියන්ගේ අවවාද අනුසාසනාවන් ලැබූ අයුරුද, අසනීප වේදනාවේ බලවත්කම බමුණා කී අයුරුද පෙන්වයි. (උපාසකයෙක් හෝ භික්ෂුවක් අසනීප වූ විට කියන දුක් වේදනාවක් විස්තර වන ආකාරය මෙහි ඇත.) සැරියුත් හිමියන් විසින් මරණාසන්නව සිටි ධනඤ්ජානි බමුණාට අනුපූර්ව ක්‍රමයෙන් බඹ ලොව ඉපදීමට මග සැදූ හැටි පෙන්වයි.

<u>වාසෙට්ඨ සූත්‍රය - 700 පිටුව</u>

ලෝකයේ විවිධ ජාතීන්ගේ විවිධ වෙනස්කම් සහ සම ජාතීන්ගේ සමානතාවයද පෙන්වා, **කර්මය අනුව වසල හෝ බ්‍රාහ්මණ හෝ**

නොපළ වූ ගුණ කඳ XVII



වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ

අභයරතනාලංකාරය - 88

වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ ගිහි වතක සිටියදී සාසනික ප්‍රතිකර්ම සහ සමාධිමය බෙත් හේත් කරන අතරතුර ඇස් අන්ධ පුතෙක් සම්බන්ධයෙන් කළ විශේෂ හෙළිදරව්වක් ඒ පුතාගේ සහ මවගේ අත්දැකීම් ඔස්සේ පසුගිය කලාපයෙන් ඉදිරිපත් කළා. ඇස් අන්ධ පුතාගේ ඇස්වලට ප්‍රතිකාර ගන්න ගිහින් එතැන් පටන් අද දක්වාම වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ ඇසුරෙන් ලද අත්දැකීම් ගැන ඒ මව තවදුරටත් මේ විදිහට හෙළිදරව් කළා.

අපේ ගෙදර සියලු දෙනාම එදා පටන් අබේරත්න උපාසක මහත්තයගෙ සීල වැඩ සටහන්වලට සහභාගි වුනා. එතුමා රටේ විවිධ පළාත්වල නතර වෙලා ඒ බේත් හේත් ඇතුළු සාසනික ප්‍රතිකර්ම කරපු තැන්වලට අපි හොයාගෙන ගියා. එක්තරා කාලයක එක්තරා ප්‍රදේශයක එතුමා තවත් පිටස්තර තැනක නතර වෙලා ඒ කටයුතු සිද්ධ කළා. හැබැයි ඒ ස්ථානයේ සිල් සමාදන් වෙන්න හෝ දහම් දේශනා සඳහා සුදුසු පරිසරයක් තිබුනෙ නෑ. එතුමා හිටපු ශාලාව හුඟක් පරණ වෙලා ඒ ශාලාවට සෙවිලි කරල තිබුන ටකරන් තහඩුත් දිරාපත් වෙලා තිබුනා. ශාලාව වට කරල තිබුන ලෑලිත් දිරාපත් වෙලා වේයො ගහල හිල් හැදිල තිබුනා. බිමට දාල තිබුන සිමෙන්ති ගැලවිලා ගිහින් තිබුන නිසා වැස්ස දවස්වලට වතුර පිරිල, ඉඩෝර දවස්වලට දූවිලිවලින් පිරිල තිබුනා. එතුමා වාඩිවෙන්න යොදාගෙන තිබුනෙ කැඩිච්ච වාහනයකින් ඉවත් කරපු කැඩිච්ච ආසනයක්. අපි ඒවා ගැන එහෙම හිතුවත්, එතුමා නිතරම හිතුවෙ, ඇප කැප වුනේ පැමිණෙන ජනතාවගේ අවශ්‍යතාවයන් ඉටු කරල දෙන්න.

මෙලොව නිරෝගී සුවය ලබා ගත්තත් හැමදෙනාටම සසර දුකේ තියෙන භයානකත්වයත්, පෙර සසර කරපු කුසල් අකුසල්වල හේතු ඵලත් පෙන්වා දෙමින්, සියලු දෙනාටම භව දුක නැති කරගන්න අවවාද අනුසාසනා දීම එතුමා හැමදාම කළා. අතු කොළ සෙවිලි කළ, ජීවිතය පවත්වගන්න විතරක් සීමා වුන ස්ථාන පන්සල් වුන බවත්, ඒවායේ ඇති නිසල ශාන්ත ස්වභාවය නිසා තපෝ ගුණ පිළිවෙතින් මැදුම් පිළිවෙතින් නිවන් මගට යන්න පාරමී දම් පුරන උතුමන්ටම ගෝචර වූ ස්ථාන බවත්, බුදු පියාණන් වහන්සේ දේශනා කොට වදාළ ශ්‍රී සද්ධර්මය තුන් ලොවට විහිදුවා හරින බුද්ධ පුත්‍රයාණන් වහන්සේලා වැඩ ඉන්න ස්ථානවල ස්වභාවය ඒ විදිහ බවත්, ගස්වැල්වලින් වට වෙච්ච පරණ ශාලා පන්සල් වූ බවත් දවසක් එතුමා පැවසුවා මතකයි. ඒ ගැන එතුමාට එදා සමාධි කවියට නැගුනෙ මේ විදිහට.

සමිඳුට තිබුන ධන කෙළවර නොම වන්නේ
මහ ධන ඇති කෙනා ගස් යට නොවැ උන්නේ
මහ නැණ නුවණ බල තිබුනත් දැක ගන්නේ
කීයෙන් කී දෙනද ලොව මෙය විමසන්නේ

බැලු බැලු තැනේ බුදු රජිඳුගෙ ළඟ තිබුනේ
ඇඳි වත සමග පතකුයි තව කුම රුඳුනේ
ඉන්නට පියස්සක් නැතිනම් ගස ළඟිනේ
ඇති වන අරම් තුලමයි ගැවසුම යෙදුනේ

එතුමාගෙන් අවවාද අනුසාසනා ලබා ගත්ත පිරිස් පොහොය දවස්වලට සීල සමාදානය සඳහා ඒ ස්ථානයට ❯

විවිධ ජාති පහල වන අයුරු පැහැදිලි කර ඇත. (වාසෙට්ඨ සහ භාරද්වාජ බමුණු මානවකයන් ඇසූ පැනයට බුදු රජුන් දුන් පිළිතුරුය)

සුභ සූත්‍රය - 712 පිටුව

තෝදෙයිය බමුණු පුත් සුභ මානවක, බමුණු කියමනක් බුදුන් වහන්සේට කියා උන්වහන්සේගේ අදහස ඇසීමේදී දුන් පිළිතුරු මෙහි ඇතුලත්ය. ගෘහස්ථයන් අනවද්‍ය (නිවැරදි) කර්ම කරන අතර පැවිද්දන්ගේ කර්ම සාවද්‍ය යැයි කී පැනයට පිළිතුරුය.

බුදුන් වහන්සේ විභජ්ජවාදී බවත් (දහම බෙදා විවිධාකාරයෙන් විස්තර කරන), ඒකාන්තවාදී නොවන බවත්, ගිහියන්ගේ හෝ පැවිද්දන්ගේ වැරදි චර්යාව වැරදි බවත්, යහපත් චර්යාව යහපත් බවත් කරුණු සහිතව පෙන්වා ඇත.

සංගාරව සූත්‍රය - 736 පිටුව

ධනඤ්ජානි බැමිණිය මණ්ඩලකප්ප නම් ගම්වාසී තැනැත්තියකි. ඇය බුද්ධ ශ්‍රාවිකාවකි. ඇය පය පැකිළි ගිය වෙලාවක බුද්ධ නමස්කාරය කීය. ඊට විරුද්ධව කතා කළ ත්‍රිවේද පරප්‍රාප්ත සංගාරව බමුණු, බුදුන් ගමට වැඩම කළ විටක වාදයකට බලාපොරොත්තු විය. මතු දිනෙක බුදු රජුන් එගමට වැඩි කලෙක හමුවී ඉහාත්මයෙහිම දැන ව්‍යාව සිතැව පාරමී සංඛ්‍යාත නිවනට පැමිණි බව (දැනීමේ කෙළවරට ගොස් නිවනට පැමිණි) ප්‍රකාශ කරන අය අතරින් භවත් ගෞතමයන් කවරෙක්දැයි ඇසූ ප්‍රශ්නයට දුන් දීර්ඝ පිළිතුර මෙහි ඇතුලත්ය. බුදුන් වහන්සේ දුෂ්කර ක්‍රියා කරන කාලයේ යටි දත්වලින් උඩු දත් තද කර දිවෙන් තලු පෙලා අකුසල් තවන්න කළ වෑයමක් ගැනද මෙහි සඳහන් වේ.

පූජ්‍යපාද වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ විසින් දින පොතක සටහන් තබන ලද කරුණු ඇසුරිනි.

සටහන
නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන

ආවා. ඒ එන පිරිසට දානමාන සකස් කරගෙන තවත් පිරිස් ආවා. ඒ අයගෙ ඇප උපස්ථාන නිසා ඒ ආපු පිරිසට එතුමාගේ හරවත් දහම් අහන්න ඒ ස්ථානයේ තිබිච්ච අඩුපාඩුකම් බාධාවක් වුනේ නෑ. ඒ දවස්වල එතුමා පවත්වපු දහම් සාකච්ඡා පටිගත කරන්න හෝ අවශ්‍ය උපකරණ හෝ එබඳු දැනුමක් තියෙන කෙනෙක් හෝ ඒ මුල් කාලෙ හිටියෙ නෑ.

බොහෝ පිරිස් ඒ ස්ථානයට ආවෙ තම තමන්ට තියෙන ලෙඩ දුක් කරදරවලට බේත් හේත් ප්‍රතිකර්ම ගන්න. අපල උපද්‍රවවලට යන්ත්‍ර මන්ත්‍ර සකස් කරගෙන, එතුමා සමාධි ඥානයෙන් දේශනා කරන විස්තර දැන ගැනීමේ මහත් උනන්දුවෙන් බොහෝ පිරිසක් ආවා. මීට පෙර කිසිම දවසක මේ වගේ දේශනා පවත්වන අය ගැන නොදැන හිටපු නිසා එතුමා ගැන විස්තර කටින් කට ප්‍රචාරය වීමෙන් ලංකාවෙ හැම පළාතකින්ම සෙනග එන්න පටන් ගත්තා. හැබැයි එච්චර සෙනග ආවත් එතුමා ඒ සත් කටයුතු කරන ශාලාව නම් අලුත්වැඩියා වුනේ නෑ. ඒ ගෙදර උදවියටත් ඒ ගැන උවමනාවක් තිබුනෙ නෑ. එතුමා ඒ ස්ථානයට එනකොට ඒ ස්ථානයේ හිටපු අමනුස්ස පිරිස් පැනල ගිය බවත්, දැන් ඒ ස්ථානයේ අඳුරු ගතිය පහ වෙලා තියෙන බවත් දවසක් එතුමා කිව්වා. ඒ ගෙදර උදවියත් එච්චර කාලයකට තිබිච්ච ලෙඩ දුක් කරදරවලින් නිරෝගි බව ලබල සතුටින් හිටියා. පරණ ශාලාව දිරාපත් වීම නිසා ඒ ගෙදරටම ළඟින් ඊට පෙර හදල වැඩ ඉවර වෙච්ච නැති කාමරයක් එතුමාගේ අවශ්‍යතාවලට ලබා දීල තිබුනත්, ඒ කාමරයත් සිමෙන්ති ගලින් බැඳපු ගමන් එහෙම්මමයි. වැඩ අවසන් කරල නෑ.

"ගිහි මහත්තයෙක් ළඟ කොහොමද සිල් සමාදන් වෙන්න යන්නෙ? එතන පන්සලක්ද? අර .... අහවලාගෙ ගෙදරනේ! අපි නම් කැමති නෑ." මේ වගේ කතාත් ඒ කාලෙ සමහර පිරිසකගෙන් අහන්න ලැබුනා. එහෙම වුනත් එතුමා හිටපු තැනක් වුනා නම් ඒ ස්ථානය බුදු මැදුරක් / පන්සලක්ම වුනා. ඒ ගැන එදා එතුමාට මේ විදිහට සමාධි කවි නැගුනා.

මානය ඉහට ගෙන ලොකු ලොකු ලෙස ඉන්නේ
රාගය හදවතේ සහමුල පුරවන්නේ
කෝපය නැඟී මුළු හිත කය දඟලන්නේ
පාපය මිසක ඔවුනට සෙත කොහි වන්නේ

මුදලට ගන්න බැරි දහමකි මෙය වන්නේ
ලොකු ලොකු කෙනෙක් කීවත් නැත පවතින්නේ
ලොකු පොඩි භේද නැත මෙම දහමෙහි වන්නේ
සඟ ගුණ සපිරුවොත් පමණයි ලොකු වන්නේ

බුද්ධ පූජාව පවත්වන අවස්ථාවේ පටන් උදේ දේශනා කරන දහම් කරුණුවලත්, දවල් බුද්ධ පූජාවත් හවස ගිලන්පස පූජාවත් තියල පවත්වන පුණ්‍යානුමෝදනාවෙත්, වෙනද අහල නැති වෙනසක් ඒ එන පිරිස දකින නිසාම දවසින් දවස සෙනගත් වැඩි වුනා. මල් පූජා කිරීමෙන් මල මැලවෙන සේ අපේ ශරීරයත් විපරිනාමයට පත් වෙලා යන හැටිත්, අනිච්ච - දුක්ඛ - අනත්ත දහම් පෙර අහල නැති ආකාරයටත්, දෙතිස් කුණප භාවනාවක් පෙර අහල නැති ආකාරයටත් දේශනා කිරීම හැම දෙනාගේම කතාබහට ලක් වුනා. ඒ ස්ථානයට ආසන්න ආරාමයක වැඩ හිටපු දස සිල් මෑණිවරුන්ටත් මෙතුමාගේ දහම් දේශනා පිළිබඳ විස්තර ඒ ස්ථානයට යන එන අය කියල තිබුන නිසා ඒ මෑණිවරුන්ටත් ඒවාට සහභාගි වෙන්න අවශ්‍යතාවය තිබුනා. ඒත් ඒ ස්ථානය අයිති මහත්තයගෙ (ප්‍රධානියාගෙ) ප්‍රශ්න නිසා ඒ මෑණිවරු ආවෙ නෑ. එතුමා ඒ ස්ථානය අත්හැරල වෙනත් තැනකට ගියාට පස්සෙ ඒ සිල් මෑණිවරු ඒ ස්ථානයට ඇවිත් දහම් අවබෝධය ලබා ගත්තා.

පෝය දවස්වලට හැර අනෙක් දවස්වල එතුමා එන පිරිස්වලට සමාධිමය ප්‍රතිකාර, බෙහෙත් ඖෂධ ලබා දුන්නා. ඒ දවස්වල ඒ ගෙදර අයිති මහත්තය හිටියෙ අසාධ්‍ය වෙලා අසනීපයෙන්. අබේරත්න උපාසක මහත්තය ඒ මහත්තයට අවශ්‍ය ඖෂධ ලබා දීල ඇප උපස්ථාන කරල සුවපත් කළා.

දවසක් අපි ඒ ගෙදර කුස්සියට ගියේ උවමනාවකට. අබේරත්න උපාසක මහත්තය ආහාර ගන්නෙ මෙතනද කියල, අපි ඉක්මනට ඒ ස්ථානය පිරිසිදු කරත්දි එතුමා එතැනට ආවා. අපි කිව්වා, ඔබතුමා දානය ගන්න තැන අපි පිරිසිදු කළා අපේ සසර පව් ගෙවෙන්න කියල. එතකොට එතුමා කිව්වා, ඔය ස්ථාන සුද්ද පවිත්‍ර කරල නම් සසර පව් ගෙවන්න බැරි වෙයි කියල. එතුමා ඒ ගෙදර පවුලෙ අයට සැළකුවෙත් තමන්ගෙ පවුලෙ අයට වගෙයි. එන පිරිස් එක්කත් එතුමා විහිළු කතා කියල හිනා වෙනවා. හැබැයි ඒ හැම විහිළු කතාවකම වුනත් යම් කිසි හරවත් අර්ථයක් නම් තිබුනා. ඒ ගෙදර හිටපු ළමයගෙ අම්ම නෑ. ඒ ළමය හිටියෙත් නිතරම රෝගී බවෙන්. දවසක් ඒ ළමය අපිත් එක්ක මෙහෙම කිව්වා. "අපේ අම්ම ඉන්න කාලෙත් අපේ තාත්ත මෙතන යක්ෂ, ප්‍රේත, භූතයො ගෙනත් බැඳගෙන වැඩ ගන්නවා. අපි කොච්චර එපා කිව්වත් අහන්නෙ නෑ. මේ ගෙදර දියුණුව නැත්තෙත්, අපිට නිතරම ලෙඩ හැදෙන්නෙත් ඒ නිසා. කරදරවල ඉවරයකුත් නෑ, අබේ අයිය ආවට පස්සෙ තමයි අපි හොඳින් ඉන්නෙ."

ඒ විස්තරය අහපු අපිටත් දුක හිතුනා. ඒත් ඉතිං අපි මොනව කරන්නද? ඒ ස්ථානයට යමක් කමක් කරන්න පුළුවන් අය ආවත් ඒ ගෙදර ප්‍රධානියාගෙ තිබිච්ච මාන්නය නිසා ඒකට අනුබලයක් ලැබුනෙ නැති නිසා ඒ අය ඒ අදහස අතහැරල දැම්මා. අපිත් ඒ ස්ථානයට ගියාම ඒ ළමයගෙ කැමැත්ත අනුව ගෙදර පිරිසිදු කරල රෝගී වෙලා හිටපු ඒ ගෙදර ප්‍රධානියගෙ (ළමයගෙ පියා) ඇඳුම් ආදියත් අපේ ගෙවල්වලට ගෙනිහින් සුද්ද පවිත්‍ර කරල දුන්නා. එතන ආහාර පිසින්නත් කෙනෙක් හිටපු නැති නිසා අපි ඒවටත් උදව් වුනා. ඒ ගෙදර නිතර අඩුපාඩු ප්‍රශ්න ඇති වුනාම ඒ ළමය මොකද කරන්නෙ, අබේරත්න අනුශාසකතුමා මොන වැඩක යෙදිල හිටියත් ඒ ගැන හිතන්නෙ නැතිව, අනේ අබේ අයියෙ කඩේට ගිහින් මේ බඩු ටික ගෙනත් දෙන්න කියනවා. එතුමත් කිසිම අමනාපයක් නැතිව කඩේට ගිහින් එතුමාගේ මුදලින්ම ඒවා අරගෙන මල්ලක දාගෙන ගෙනත් දෙනවා. ඒ වගේ අවස්ථා දකිනකොට අපිටත් දුක හිතෙනවා, මේ ගෙදර අය එතුමාගේ ගුණ හඳුනන්නෙ නෑ නේද කියල. ඒ ගැන කිව්වත් ඒ අය ඒක පිළිගන්න කැමති වුනේ නෑ. ඒ ගෙදර ප්‍රධානියා නිතරම කියන්නෙ අබේරත්න මහත්තය ඔහුගෙ ගෝලයා කියල. ඔහු නිකම්ම අබේරත්න කියල තමයි එතුමාට කතා කළෙත්. එහෙම වෙනස්කම් කළත් ඒ ස්ථානයට එන පිරිස එතුමාට ආහාර පාන රැගෙන ආවම, ඒ ගෙදර අයට මදි පාඩු තියේ නම් ඒ අයගෙ ආහාර ප්‍රශ්නත් සපුරල තමයි අබේරත්න මහත්තය ඒ ආහාර පිළිගත්තෙ.

දවසක් ඒ ස්ථානයට ආපු අය ඇහුවා, අබේරත්න වෙද මහත්තය



නිරෝෂන් රාජපක්ෂ මහතාගේ මංගල උත්සවයට සහභාගි වී

කොහෙද කියල. ආ... අබේරත්නද ඒ මගේ ගෝලයනෙ! මම එයාව අහවල් තැනට යැව්වා බෙහෙත් හදන්න තැඹිලි ගේන්න කියල, මේ වගේ බොරු කතාත් ඒ ගෙදර ප්‍රධානියා නිතරම වගේ ඒ එන පිරිසට කිව්වා. කොහොම හරි එතුමා එදා ඒ ගෙදර හිටපු බව අපි දැනගත්තා. එතුමා තමන්ගෙ මිල මුදල්වලින්, ඇප උපකාරවලින් ඒ ගෙදර උදවියට මොන තරම් උදව් උපකාර කළත්, ඒ ගෙදර ප්‍රධානියා නම් එතුමාට සෑහෙන වෙනස්කම් කළා.

අපිත් ඒ ස්ථානයට බොහෝ කොටම ගියේ එතුමා බෙහෙත් ඖෂධ ලබා දෙන දවස්වලට. දවසක් අපි යනකොට එතුමා ඒ ස්ථානයේ හිටියෙ නෑ. බෙහෙත් ගන්න ආපු සෙනග එතුමා ගැන ඇහුවම, මම නම් දන්නෙ නෑ කොහේ ඉඳන් එනවද කියල අන්න අර එහා තියෙන කඩ කැල්ලෙ තමයි ඉන්නෙ... ඔන්න ඔය වගේ උත්තරයක් තමයි ඒ ගෙදර ප්‍රධානියාගෙන් ලැබුනෙ. එතකොට ඒ ආපු පිරිස අබේරත්න මහත්තයගෙ ගෙදරට යන්න පාර ඇහුවම, මම ඔය පාරවල් දන්නෙ නෑ කිව්වා. බලනකොට ඒ ස්ථානයේ ඉන්න බැරි තත්ත්වයක් උදා වෙලා තිබුන නිසා එතුමා ඒ ළඟ පාතින්ම කඩ කාමරයක් කුලියට අරගෙන ඒකෙ තමයි හිටියෙ. එතුමා යන එනමං නැතිව ඒ අය ළඟට ආපු කෙනෙක් විදිහට සළකල නිගරුවෙන් තමයි ඒ ගෙදර ප්‍රධානියා අබේරත්න මහත්තයට කතා කළේ. කළගුණ සලකන පිරිස දුර්ලභයි. ඒ කාලෙ ගුත්තිල මූසිල කතාව අපිට සිහිපත් වුනා. මම මේවා කියන්නෙ කිසිම කෙනෙකුට මඩි පුංචිකමක් කරන්නවත්, අපහාස කරන්නවත්, දුර්වලකම් පෙන්වන්නවත් නෙවෙයි. ඒ වගේ බෝසත් ගුණ තියෙන උතුමන් මේ සත් දහම ලෝකයට දෙන්න මග පාදාගන්න ආ ගමන් මගේදි විඳින දුක් කරදර බාධක අපහසුතා ගැන අවබෝධයක් ලබා දෙන්න.

ඒ ගෙදර ප්‍රධානියා අබේරත්න අනුසාසකතුමා ඉන්න තැනම මේසයක් පුටුවක් තියාගෙන ඇවිත් ඉන්න පිරිස ඉදිරියේම සිගරැට්ටුවක් බොන අවස්ථා ඕන තරම් තිබුනා. අබේරත්න මහත්තයත් පුරුදු විදිහට එතුමා හිටපු ආසනයේම ඉඳගෙන තමයි ඒ එන පිරිසට අවශ්‍ය කරුණු කාරණා පහදල දෙන්නෙ. එහෙම වුනත් එතුමා කිසිම දවසක ඒ ගෙදර ප්‍රධානියා ඉන්න ආකාරය සුදුසු නැති බවක් ඔහුට කිව්වෙ නෑ. ඒ තරම්වත් කෙනෙක්ගෙ හිත රිද්දන්න එතුමා කැමති වුනේ නෑ. ඒ ස්ථානයට එන පිරිසටත් ඒක ප්‍රශ්නයක් වුනත් හැමෝම ඒ ගැන නිහඬව හිටියා.

අපි ඒ ස්ථානයට යනකොට බුද්ධ පූජාවටත්, ඒ එන පිරිසටත් ප්‍රණීතව දානය සකස් කරගෙන තමයි යන්නෙ. ඒ දවස්වල ඒ පාරෙ වාහන නැති නිසා හැතැප්මක් විතර අපි ආවෙ ගියේ පයින්මයි. අපි දානය පූජා කළාට පස්සෙ ඒවා වහල තිබ්බ ආකාරයටම තියෙද්දි තමයි එතුමා පුණ්‍යානුමෝදනා කළේ. දවසක් දානය පූජා කළාට පස්සෙ එතුමා කියනවා, මේ දාන පූජා කරනවා කියල ඔය ගෙවල්වල තියෙන අල බතල කොස් දෙල් වගේ දේවල් හදල ගෙනත් පූජා කළාට වරදක් නෑ, දෙන්න දෙයක් නැත්නම් කොස් ඇට ටිකක් හරි තම්බල ගෙනත් පූජා කරගන්න කියල. එදා ඒ කිව්වෙ නම් අපිටම තමයි කියල මට හිතුනා. මොකද ඇත්තටම ඒ දවස්වල කඩේට ණය වෙලා තමයි අපි දානෙ උයන්න බඩු ගත්තෙ. හැබැයි ඊට පස්සෙ කිසිම දවසක ගෙදර අවශ්‍යතාවයටවත් අපි කඩේට ණයක් වුනේ නෑ. දානය ගෙනියන්නත් අපිට කිසිම අඩුපාඩුවක් වුනෙත් නෑ. අපි නොකිව්වත් අපි දානය සකස් කරගෙන යන්නෙ කඩෙන් ණයට බඩු අරගෙන බව එතුමා දකින්න ඇති. එහෙම දැකල තමයි අර වගේ කතාවක් කියන්න ඇත්තෙ. මොකද එහෙම දේවල් දකින්න තරම් සමාධියක් එතුමාට තිබුනා. ඉතින් එදා පටන් අපිට ඇති බව මිසක් අඩුවක් නම් තිබුනෙ නෑ. දවසින් දවස දියුණුවට මාර්ගය පෑදුනා.

දවසක් අපි බෙහෙත් ගන්න ගිය දවසක යම් කිසි පුද්ගලයෙක් ඒ ගෙදරට ඇවිත් කඩුවක් කරකවමින් ඒ ගෙදර හිටපු මහලු ප්‍රධානියාට නපුරු වචන කියල බිය වද්දන්න පටන් ගත්තා. මුදල් ප්‍රශ්නයක් සම්බන්ධයෙන් තමයි එහෙම කළේ. බෙහෙත් ගන්න ආපු පිරිස හිටියත් කිසිම කෙනෙක් ඒ හබය නවත්වන්න ඉදිරිපත් වුනේ නෑ. අබේරත්න අනුසාසකතුමත් නිහඬවම තමන්ගෙ කාර්යයේ නියැලුනා. ඒ පුද්ගලයා අපි ළඟටත් ඒවිද කියන සැකය තිබුනත් එහෙම ආවෙ නම් නෑ. එතුමා අපෙන් ඇහුවා බය වුනාද කියල. අපි කිව්ව නෑ කියල. ඉතින් බේත් අරගෙන අපි ඒ ගැන කතා කරනකොට ඒ ඇවිත් හිටපු පිරිස කිව්වෙ, එතුමා අපිට බය නොහිතෙන්න, ඒ පුද්ගලයට අපි ඉන්න පැත්තට එන්න බැරි වෙන්න අධිෂ්ඨාන කරන්න ඇති කියල.

ඒ දවස්වල අපේ පුතාගෙ කල වයසත් සම්පූර්ණ වෙලා තිබුන නිසා සහකාරියක් හොයාගන්න එතුමාගෙන් ඇහුවම පත්තරේ දැන්වීමක් දාන්න කිව්වා. ඒකට ලියුම් ඒවි, ඒ එන ලියුම්වලින් 7 වෙනි ලියුම කල්පනාවෙන්ම වෙන් කරල තියාගන්න, ඒක පුතාගෙ සහකාරියගෙ ලියුම බවත් සමාධියට යොමු කරල බලල කිව්වා. ඉතින් ඒ කියපු විදිහටම ආපු ලියුම්වලින් 7 වෙනි ලියුම කියෙව්වම මට ඒ තරම් සතුටක් දැනුනෙ නෑ. මොකද ඒක එවල තිබුනෙ කතෝලික පවුලක ළමයෙක්. මම ඒ ගැන එතුමාට කිව්වම එතුමා කිව්වා, ඒ ළමය පවිත්‍ර චරිතයක් තියෙන ආගම දහමට ලැදි, පුතාටත් අපේ පවුලේ හැමෝටමත් හොඳින් සළකන ගුණගරුක කෙනෙක් කියල. යේසුස් වහන්සේ කියන්නෙ බෝසත් ගුණ තියෙන උතුමෙක් බවත්, එතුමා ගැන සුළුවෙන් හිතන්න එපා කියලත් කිව්වා. කොහොම හරි අපි ඒ උපදෙස් අනුව ඒ ළමය තමයි පුතාට විවාහ කරල දුන්නෙ. අපි ආරාධනා කළාම මංගල උත්සවයට එතුමත් ආවා. පුතාගෙ විවාහයෙන් පස්සෙ අබේරත්න අනුසාසකතුමා පවත්වපු ආශිර්වාද පූජාවකට පුතත් ඒ බැඳපු දුවත් සහභාගී වුනාම ඒ ස්ථානයට එදා යේසුස් වහන්සේ

ඇවිත් අහසේ හිටපු බවත් එතුමා කිව්වා. ඔබතුමා පැමිණියේ ඇයි කියල යේසුස් වහන්සේගෙන් ඇහුවම, මගේ දරුවෙක් අද මෙතැනට ඇවිත් හිටපු නිසා ඒ දරුවට ආශිර්වාද කරන්න පැමිණි බව යේසුස් වහන්සේ ප්‍රකාශ කළ බවත් එතුමා අපිත් එක්ක කිව්වා.

ඒ සම්බන්ධයෙන් නිරෝෂන් රාජපක්ෂ මහතා දැක්වූ අදහස.

“අපේ විවාහය සිද්ධ වෙලා දැනට අවුරුදු 23 ක් වෙනවා. අද වෙනකල් අපි අතර කිසිම විරසකයක්, හිත් රිදීමක් ඇති වෙලා නෑ. අපි බොහොම හොඳින් සතුටින් ධර්මානුකූලව ජීවත් වෙනවා. ඒ වගේම ඇය උප්පත්තියෙන් කතෝලික වුනත් දැන් මේ බණ දහම් අහල ලෝකයේ ස්වභාවය යථාර්ථයෙන්ම තේරුම් අරගෙන බුදු දහම අනුව තෙරුවන් සරණ ගිය බෞද්ධයෙක් විදිහට ජීවත් වෙනවා. ඉතිං වහරක හාමුදුරුවෝ එදා අබේරත්න උපාසක මහත්තය විදිහට කටයුතු කරපු කාලෙ ඇය සම්බන්ධයෙන් කියපු කාරණය ඒ විදිහටම හරි ගියා. ඒ කියපු විදිහටම ඇය බොහොම ගුණගරුක කෙනෙක්.”

අබේරත්න මහත්තය නිතරම ඒ එන පිරිසගෙ ප්‍රශ්නවලට දෙන අවවාද අනුසාසනා නිවැරදියි කියන පිළිගැනීමක් ඒ ගෙදර ප්‍රධානියා ළඟ තිබුනා. ඒ නිසා ඒ ගෙදර ප්‍රධානියා ඒ එන පිරිසට නිතරම කිව්වෙ ඒ මගේ ගෝලයා කියල. මුලදි පිරිසට ඒක ගැටළුවක් වුනත් පසුව ඔවුන් ඒ ගැන හරි අවබෝධයක් ලබා ගත්තා. දවසක් එතුමා ළඟට ආපු මහත්තයෙක්, තමන්ගෙ මව කුඩා වයසෙදිම තමන්ව අතහැර දමා ගිය නිසා මව සමග දැන් අමනාපයෙන් ඉන්න බවත්, මවට උදව් උපකාර කරන්නෙ නැති බවත්, මවත් සමග කතා කරන්නෙ නැති බවත් කියා සිටියා. එතුමා එදා එතැන හිටපු පිරිසට මව් ගුණ ගැන කියල දුන්නා. මව **කියන්නෙ, සත්ත්වයා අසරණව මනුස්ස ගන්ධබ්බයෙක් විදිහට සැරිසරනකොට තමන්ගෙ කුස ඒ අනාථව සැරිසරන සත්ත්වයාට නවාතැන විදිහට සකස් කරල දීල රැකවරණය සලසල මෙලොවට බිහි කරන්න මුල පුරන කෙනා බව කිව්වා. බිහි වුනාට පස්සෙ දරුවා හදා වඩා ගැනීම කවුරු කළත් කුස තුල රැකවරණය සලසා දීමේ ගුණය නිසාම මව උතුම් බවත් කිව්වා. මවට හිත රිදෙන වචනයක් කිව්වත් ඒක පපුවට පිහියෙන් අනින තරම් අකුසලයක් බවත් කියල දුන්නා.**

මේ දහම අහපු ඒ මහත්තය, මවට වෙච්ච වැරදිවලට සමාව අරගෙන මව ඇතුළු තමන්ගෙ ඥාති පිරිස ඒ ස්ථානයට කැඳවාගෙන ඇවිත් සීල සමාදානයේ පිහිටෙව්වා. පැමිණෙන පිරිසටත් දානමාන දුන්නා. එදා ආපු ඒ මහත්තය ඇතුළු පිරිස අද වෙනකල්ම වහරක පන්සලට ඇවිත් දහම් මග අනුගමනය කරනවා.

දවසක් මිනීමැරුමකට සම්බන්ධ වෙලා උසාවියෙන් නඩු පවරල තිබිච්ච කෙනෙක් තවත් කිහිප දෙනෙක් එක්ක සහනයක් බලාපොරොත්තුවෙන් එතුමා මුණ ගැහෙන්න ආවා. එතුමා ඔවුන්ට කිව්වෙ, පංච සීලය සමාදන් වෙන්නත්, කිසිම දවසක කිසිම සත්ත්ව හිංසාවක් නොකරන බවටත් තුනුරුවන් ගුණය ඉදිරියේ පොරොන්දු වෙනව නම් විතරක් සහනයක් සලසල දෙන්න පුළුවන් කියල. පඬුරක් ගැට ගහල ඒ අය එහෙම කරන්න පොරොන්දු වුන නිසා එතුමා ඒ පිරිසට ආශිර්වාද කරල යැව්වා. ඊට පස්සෙ ඒ අය ආශිර්වාද සෙත් බුද්ධ පූජාවටත් දෙතුන් වතාවක් සම්බන්ධ වෙලා තිබුනා. නඩු දවසෙදි ඒ අය උසාවියේ පෙනී හිටියම අධිකරණ වෛද්‍යතුමා දීපු සාක්ෂිවල පරස්පරතාවයක් නිසා නිදහස් කරල තිබුනා. ඊට පස්සෙ ඒ පිරිස ඇවිත් එතුමාට ගරු උපහාර දක්වල ගිහින් තිබුනා.

මේ කියන සිද්ධියට සම්බන්ධ පුද්ගලයා තවමත් ජීවතුන් අතර ඉන්නව කියල ආරංචි වුන නිසා අපි ඔහුව හොයාගෙන ගිහින් ඒ ගැන තොරතුරු විමසුවා. මේ තමයි ඔහුගේ මතකය.

“මේ මිනීමැරුම සිද්ධ වෙලා මහේස්ත්‍රාත් උසාවියේ නඩු පවරල අවුරුදු 5 ක් විතර ගිහින් මහාධිකරණයේ නඩුව යනකොට තමයි මට අබේරත්න මහත්තය ගැන ආරංචි වුනේ. මම ඉතිං ආශිර්වාද සෙත් පූජා 2 - 3 කට සම්බන්ධ වෙලා මහත්තය කිව්ව විදිහට පොරොන්දු වෙලා වැඩ කටයුතු කළා. අවසන් නඩු දවසට පෙර මහත්තය මුණගැහෙන්න කියලත් කිව්වා. මම එදා හමුවෙන්න ගියාම අබේරත්න මහත්තය කිව්වා, මොනවහරි ක්‍රමයකින් මේක අහකට ගිහින් මාව නිදහස් වෙනව කියල. කියපු විදිහටම මාව නිදහස් කළා. එදා එතන හිටපු උසාවියේ සාජන් මහත්තය මට කිව්වා, ඔහුගේ අවුරුදු 17 ක සේවා කාලය තුල මම වගේ කෙනෙකුට සමාවක් දුන්නමයි කියල. එදා අබේරත්න මහත්තය ඒ ආශිර්වාද කටයුතුවලට මගෙන් කිසිම මුදලක් ගත්තෙත් නෑ. දැන් ඉතින් ඒ සිද්ධිය වෙලා අවුරුදු 25 ක් විතර ගිහින් මම එදායින් පස්සෙ කිසිම වරදකට අහු වෙලා නෑ, සතෙකුටවත් හිරිහැරයක් වරදක් කරල නෑ. එදා වෙච්ච පොරොන්දුව නිතරම හිතේ තියෙනවා”

මේ විදිහට අබේරත්න උපාසක මහත්තය ලෝක සත්ත්වයාට සුවයක් සහනයක් ලබාදෙන්න අප්‍රමාණ සේවයක් ධර්මානුකූලව කළ නිසා බොහෝ සෙනග එන්න පටන් ගත්තා. හැම කෙනෙක්ම එන්නෙ අබේරත්න වෙද මහත්තය කොහෙද කියල අහගෙන. ආ... ඒ මගේ ගෝලයද එයා එන්න ටිකක් ප්‍රමාද වෙයි... මේ වගේ කතා තමයි ඒ ගෙදර ප්‍රධානියගෙන් අහන්න ලැබුනෙ. නමුත් ඒ එන පිරිස් ඒ කතාව ඇත්තක් නෙවෙයි කියල දැනගත්තම ඒ ගෙදර ප්‍රධානියා ගැන තිබුන ඇල්ම, විස්වාසය නැති වුනා. මේ ගැනත් ඒ ගෙදර ප්‍රධානියගෙ හිතේ අමනාපයක් තිබුනා.

හැම තිස්සෙම එතුමාගේ මුවින් නැගෙන හිනාව, නිරහංකාර ප්‍රිය වචන නිසා එන පිරිස් එතුමාට බොහොම ගරු කළා. නිතරම වගේ බුලත් විටක් හපන එතුමා, ඒ විටට අවශ්‍ය කරන දේ සකස් කරන ආකාරයට කුඩා ළමයි පවා ප්‍රිය කළා. මහත්තය බුලත්විට හදනකොට හරි ලස්සනයි කියල ඔවුන් කියන්න පටන් ගත්තා.

තවත් දවසක අපි එතුමා හමුවෙන්න ගියාම ඇයි ආවෙ කියල ඇහුවා. කාන්තාවො විදිහට අපි එතුමා මුණගැහෙන්න තනියෙන්ම ගියේ නෑ. තවත් අවශ්‍යතා ඉටු කරගන්න යන කෙනෙක් හෝ වැඩිහිටි පිරිමි කෙනෙක් එක්ක තමයි ගියේ. අපි ගියපු මුල්ම දවස්වල එතුමා අපිට කිව්වා, කාන්තාවක් පන්සලකට හෝ ආර්ය මග පුරන උතුමන් ළඟට හෝ ඒ වගේ කටයුතු කරන අය ළඟට හෝ දේවාලයකට හෝ තනියම යන්න එපා කියල. ඒ වගේම ඒ වගේ අයට වන්දනා කරන කොට ටිකක් ඈතින් ඉඳගෙන ඒ අයගෙ කකුල් ස්පර්ශ නොවෙන විදිහට වන්දනා කරන්න කිව්වා. එහෙම කියන්නෙ, කාන්තාවක්ගෙන් වැදෙන සුළඟකින් පවා ඒ ආර්ය මාර්ගය පුරන උතුමන්ට අවැඩක් වෙන්න ඉඩ තියෙන නිසා බවත් කිව්වා. යන්න කෙනෙක් නැත්නම්, කියන දෙයක් තේරෙන අවුරුදු 12 ට වැඩි ළමයෙක් එක්ක යන්න කිව්වා.

දවසක් ළමයි විභාගයට යන්න සූදානම් වෙන කාලයක අපි ඒ සඳහා අවශ්‍ය උපදෙස් එතුමාගෙන් ලබා ගත්තා. මොනව හරි හොඳ වැඩක් කරන්න හිතේ තියේ නම්, ඊට පෙර සාසන රැකවරණය ලබා ගන්න තමන්ට පුළුවන් විදිහට භාරයක් වෙන් කරන්න කිව්වා. නිතරම තුනුරුවන් ගුණයම මුදුන්පත් කරගෙන සිහි කරගෙන හැම වැඩක්ම පටන් ගන්න කිව්වා.

මම කිව්වා, මහත්තය අපේ දුවගෙ හැඳුනුම්පත නැතිවෙලා විභාගයට යන්න තියෙන නිසා අලුතින් ගන්න කාලයකුත් නැහැ කියල. එතකොට එතුමා කිව්වා, ගෙදර අහවල් තැන තියෙන පරණ පෙට්ටියක් ඇතුලෙ ඒක තියෙනව කියල. ගෙදර ඇවිත් බැලුවම ඒ පෙට්ටියේ ඒක තිබුනා. ඒ වගේම කාලයක පටන් දුවගෙ කකුලෙ තිබුන ඉස්ම ගලන තුවාලය ගැන කිව්වම, පරණ තුවාලයකට හදපු තෙල් චුට්ටක් තියෙනව කියල ඒක දුන්නා. දවස් තුනක් ගානකොට තුවාලය වේළිලා කබොල්ල බිමට වැටිල තිබුනා. එතැන තුවාලයක් තිබුනද කියල හොයන්නත් බැරි විදිහට සුව වෙලා තිබුනා. ඒ තමයි මේ සඟරාවෙ සඳහන් කරල තිබුන රක්තවාත තෙල.

කාලයක් යත්දි එතුමාට නවත්වන්න බැරි කැස්සක් හැදිල තිබුනා. නිරෝගීව තිබ්ච්ච ශරීරය කෘෂ වෙලා තිබුනා. කතා කළෙත් බොහොම අමාරුවෙන්. පස්සෙ අපිට දැනගන්න ලැබුනා, එතුමගෙ ජීවිතය විනාශ කරන්න ශරීරයට පංච පාෂානම් කියන විසක් දීල කියල. ඒ අවස්ථාවෙ ඒ කැස්සට ගැලපෙන ආකාරයේ බෙහෙත් බෝතලයක් අපි වෙළඳසැලකින් ගෙනත් එතුමාට පූජා කළා. ඒ අසනීප අවස්ථාවෙත් එතුමා අපිට සෙත් පතල පුණ්‍යානුමෝදනා කරල තමයි ඒක පිළිගත්තෙ. එතුමාව හොයාගෙන ආපු පිරිස ඒ වෙනකොට එතුමා ඒ ස්ථානයේ නැති නිසා අපහසුතාවයට පත්වෙයි කියල දවස් කීපයකට විතරක් ඒ ළඟපාත වෙනත් ස්ථානයක් කුලියට අරගෙන ආපු බවත් කිව්වා.

පාරමී දහම් පුරන උතුමන් තමන්ගෙ අධිෂ්ඨානය පූර්ණ වෙන කල්ම සසර සැරිසරන බව අපි අහල තියෙනවා. මෙතුමත් ලෝ සතුන් කෙරෙහි පරහිතකාමී ගුණයෙන් ඔවුන්ගේ සතර අපාගත ගමන නවත්වන්න තමන්ගෙ අසනීප ගැනවත් බලන්නෙ නැතිව නැවතත් සාසනික කටයුතු ආරම්භ කළා. තරමක් සුවපත් වුනාම එතුමා තවත් මේ සාසනික කටයුතුවලට සම්බන්ධ මහත්තයෙක් එක්ක අපේ ගෙදර ඇවිත් මේ සාසනික කටයුතු කරගෙන යන්න සුදුසු ඉඩමක් ලැබුන බව කිව්වා. ඒ ස්ථානය වල් බිහි වෙලා තියෙන නිසා සුද්ද පවිත්‍ර කර ගත යුතු බවත් කිව්වා. අපිත් අපේ පුතාලත් තවත් කිහිප දෙනෙක් එක්ක ඒ ස්ථානයට ගිහින් ඒ ඉඩම සුද්ධ පවිත්‍ර කළා. ඒ ඉඩමේ කණු හිටවපු පොල් අතු සෙවිලි කරපු ලී සහ මැටිවලින් හදපු තරමක් දිග ශාලාවක් තිබුනා. ඒක ඉස්සර ගවයන් බඳින්න පාවිච්චි කරපු ස්ථානයක්. අපි ඉතින් ළිඳෙන් වතුර අරගෙන ඒ ශාලාව හෝදල සුද්ද පවිත්‍ර කළා. ඒ ළඟින් තිබුන තවත් පරණ කටුමැටි ගහපු පොල් අතු සෙවිලි කරපු පොඩි ගෙයකුත් හෝදල සුද්ධ පවිත්‍ර කළා. අපේ පිරිස වහලයට නැගල පොල් අතු සෙවිලි කරපු දවසෙ ඒ ගෙදර තුඹසක් ඇතුලෙ හිටපු නාගයෙක් කාටවත් කරදර නොකර ඒ ස්ථානයෙන් පිට වෙලා ගියා. අත්බැව් 7 ක් තිරිසන් බව ලබන්න නියමිතව හිටපු ඒ නාගයා ඒ කරපු ක්‍රියාව නිසා අත්බැව් 4 කින් තිරිසන් භවයෙන් මිදෙන බවත් එතුමා කිව්වා. එතුමා නැවතිලා හිටියෙ කටුමැටි ගහපු ඒ පුංචි පැල්පතේ.

ඒ ඉඩම දෙන්න කැමැත්ත පළ කළ මහත්තය ඒ ඉඩමට ආවම අසනීප වෙනවලු. අබේරත්න මහත්තය ඒ ස්ථානයට ගිහින් එතැන හිටපු අමනුස්ස පිරිස් සෙත් ශාන්ති කරල ඔවුන්ට සෙත සලසල ඉවත් කළා. කලින් ඒ ඉඩමට කිව්වෙ කනත්තට යන පාරෙ ඉඩම කියල. එතුමා ඇවිත් සෙත් ශාන්ති ආශිර්වාද පවත්වමින් සමාධි දේශනා පැවැත්වීම නිසා කාලයක් යත්දි ඉඩමට යන පාර "සමාධි මාවත" නමින් නම් කෙරුවා. ඊට පස්සෙ ඒ ඉඩමත් ආලෝකමත් වුනා. පරණ පුරුදු පිරිසත් එක්ක අභල දැනගත්තු අලුත් පිරිස් එන්න පටන් ගත්තා. ඒ ස්ථානයේ සාසනික කටයුතු කරගෙන යන්න එතුමාට එච්චර අපහසු වුනේ නෑ. ඒ ස්ථානයේ පෙර දිනක භාවෙකුට බයෙන් නරියෙක් පැනල ගිය බවත්, ඒ වගේ ස්ථාන ජයග්‍රහණයට දියුණුවට පත්වෙන බවත් එතුමා කිව්වා.

එතුමා දහම් සෙත් ශාන්තියෙන් පිරිසගේ හදවත් පිරිසිදු කරත්දි ඒ ධර්මාවබෝධයෙන් සුවපත් වෙච්ච අය වගේම ඒ දහම් විවේචනයට ලක් කරපු අයත් හිටියා. මේ ඇවිත් ඉන්නෙ කවුද, කරන්නෙ මොනවද කියල ඔත්තු බලන්න ආපු අයත් හිටියා. ඒ ප්‍රදේශයේ ග්‍රාම සේවක මහත්තයත් ඇවිත් හොයල බලල ගියා. පොහොය දවස්වල එතුමා සුපුරුදු විදිහට ඒ ආපු පිරිසව සීල සමාදානයේ පිහිටෙව්වා. පසළොස්වක සහ මාසෙ පෝය දවස්වලටත් ආශිර්වාද බුද්ධ පූජාව පවත්වන දවස්වලටත් පිරිස දානය සකස් කරගෙන එනවා. ඒ හැම දාන පතකින්ම කොටසක් බුද්ධ පූජාව සඳහා පූජා කරනවා. එතුමා සමාධියට සමවැදිල පටිභාන කවීත්වයෙන් බුදු ගුණ දේශනා කරත්දි ඒ පිරිස් බොහොමයක් ඉන්නෙ සමාධියකට සම වැදිල. මෙච්චර කාලයක් අපි හරියට දන්නෙ නැතිව කරපු බුද්ධ වන්දනාව එතුමා හරියට කියල දුන්නා.

ගරු ගුණ රැගෙන බුදු ගුණ බලයෙන් දෙවනා
අවබෝධයට බුදු සරණය යැයි කියනා
බව මිස එබඳු හැර පුද්ගල ලෙස ගෙනෙනා
බුදුවරයෙක් නොමැත පිළිසරණට නිතිනා

ඒ භගවතුන් නව ගුණයක් ලෙස ඉන්නා
විලසක් මිසක නැත රුවකින් ගෙන දුන්නා
වඳිනට අදහන්න බුදුවරු පවසන්නා
නව අරහාදි බුදු ගුණ විස්තර දුන්නා

එම ගුණ නවය බුදුවරු ලෙස පසසන්න
කුණු කය වෙතට බුදු රජ යැයි නොකියන්න
වක්කලි සමිඳුනට මුනි රජ ගෙන දුන්න
සදහම අනුව මෙය තේරුම් අරගන්න

මල්, පහන්, සුවඳ දුම් පූජා කළ යුතු පිළිවෙත් ආකාරය එතුමා දේශනා කරල ඒ මගින් සීල, සමාධි, ප්‍රඥා ගුණ ලැබෙන ආකාරයත් දේශනා කළා. කොඩි, වියන්, වටතිර, සේසත්... මේ ආදී තෙරුවන් ගුණයට පූජා කරන හැම පූජාවකින්ම අප්‍රමාණ සෙතක් ශාන්තියක් ආශිර්වාදයක් ලැබෙන ආකාරය පිරිසට පහදා දීම නිසා බොහෝ ගරු බැති සිතින් පැමිණෙන පිරිස් ඒ පූජාවන් ඉටු කරල තමන්ටත් හැමෝටමත් ආශිර්වාද ලබා ගත්තා. මේ සියලු පූජාවන් පූජා කරන ආකාරය හේතු ඵල දහමින් ලැබෙන අවබෝධයෙන්, නිවන් සුවයෙන් සුවපත් භාවය ලබන්න හැමෝටම පැහැදිලි වෙන ආකාරයට එතුමා පටිභාන කාව්‍යමය සමාධි දේශනා තුලින් පැහැදිලි කළා.

සන්සුන් සිතක් ගෙන
සංවර කයක් අරගෙන
සත් බස නිති කියන
අයට අට මග වැඩෙයි නියතින

වරද්දන බුදු බණ

02 කොටස



අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත කියන්නෙ බුදු දහමේ හදවත, අත්තිවාරම. තථාගතවරයන් වහන්සේලා ලෝකයට පහල වෙන්නෙ, වෙනත් කිසි සාස්තෘවරයෙකුට ස්වයං ඥානයකින් මතු කරල දෙන්න බැරි සදාතනික සත්‍යයක් පෙන්වල දෙන්න. ඒ දහමේ හදවත බුදු තිලකුණු දහම දීර්ඝ කාලයක පටන් අර්ථ විපරීත වීම නිසා ධර්මාවබෝධයට බාධා ඇතිවෙලා තියෙනවා.

අ. නි. (2) <u>සුගත විනය සූත්‍රයේ</u> 284 වෙනි පිටුවේ, සද්ධර්මය අතුරුදහන් වෙන්න හේතු වෙන කාරණා ගණනාවක් පෙන්වල තියෙනවා. එයින් එක කාරණයක් තමයි, පිළිවෙල වරදවා ගත් පද බ්‍යඤ්ජන සහ පිළිවෙල වරදවා ගත් සූත්‍ර පරිහරණය කිරීම. ඒ වගේම සූත්‍රවල අර්ථ වැරදි විදිහට ගැනීමත් ඒ සඳහා හේතු වෙන බව පෙන්වා තියෙනවා.

යේ තේ භික්ඛවේ භික්ඛූ දුග්ගහිතේහි සූත්තන්තේහි බ්‍යඤ්ජනපතිරූපකේහි අත්ථංච ධම්මංච පටිභාහන්ති... (අ. නි. 1 - දුක නිපාතය - 134) මහණෙනි, යම් **භික්ෂුවක් වරදවා ගන්නා ලද, අකුරෙන් පමණක් සමාන වූ අර්ථයෙන් අසමාන වූ සූත්‍රාන්ත හේතු කොටගෙන අර්ථයත් පෙළත් ඉවත දමනවද, ඒ භික්ෂූන් බොහෝ දෙනාට අහිත පිණිස, දුක පිණිස, අනර්ථය පිණිස දෙවි මිනිසුන්ට අවැඩ පිණිස කටයුතු කරන අය වෙනවා. ඒ අය අකුසල්ද රැස් කරගෙන සද්ධර්මය අතුරුදහන් කරනවා.**

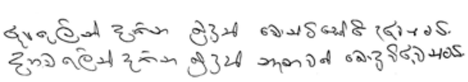
ධර්මයේ අර්ථ යටපත් වෙලා තිබුන යුගයක තමයි වහරක අභයරතනාලංකාර මහා යතිවරයන් වහන්සේ විසින් අර්ථ, ධර්ම, නිරුක්ති, පටිභාන ඥානයන්ගෙන් තිලකුණු දහමේ නිවැරදි අර්ථ කථන මතු කරල දීල ධර්මාවබෝධයට මං පෙත් විවර කරල දුන්නෙ.

මෙතෙක් කල් අර්ථ විකෘති වෙලා තිබුන තිලකුණු දහමේ සැබෑ අර්ථය පෙන්වා සාම්ප්‍රදායිකව පැවති අර්ථ විවරණවල සාවද්‍ය බව මතු කරල දුන්නට පස්සෙ, ඒක ධර්ම විකෘතියක්, සාසනය විනාස කරනවා, කඳ පණුවන් පහල වෙලා... ආදී වශයෙන් කියමින් සමහර ගිහි පැවිදි පිරිස් බුද්ධ වචනයට පහර ගහන්න මේ යුගයේ කටයුතු කරගෙන යනවා.

ස. නි. (2) කස්සප සංයුක්තයේ 338 පිටුවේ විස්තර වෙන <u>සද්ධර්ම ප්‍රතිරූපක සූත්‍රය</u> අනුව, සද්ධර්මය වගේ දේවල් පහල වෙලා සදහම් අතුරුදහන් වෙන බව සඳහන් වෙනවා. තිලකුණු දහමට අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම කියල කවදාහරි වැරදි අර්ථ කථනයකින් සමාජගත වුනාද, එදා පටන් සද්ධර්මය වගේ දෙයක් මතු වුනා. ඒක දිගු කලක් බෞද්ධ සමාජය තුල මුල් බැහැගෙන තිබුන නිසා නියම අර්ථ කථනයක් විදිහට පිළිගැනීමට ලක් වුනා.

රත්රන් වගේ දෙයක් ලෝකෙ යම් දවසක පහල වෙනවද, එදාට නියම රත්රන් අතුරුදහන් වෙලා ආදේසකයක් රත්රන් විදිහට පිළිගැනීමට ලක් වෙනවා. එතකොට නියම රත්රන් අතුරුදහන් වෙලා ව්‍යාජ දේකට

මේ වගේ දහම් පාඨ එදා එතුමා දේශනා පවත්වපු ශාලාව තුල එතුමා විසින්ම අලවල තිබුනා.



එතුමාගේ අත්අකුරින් ලියවුනු වැකියක්.

ඒ ස්ථානයට පැමිණුන පින්වත් පිරිස් තමන්ගෙ නිවෙස්වල පුද සත්කාර කරපු ධාතුන් වහන්සේලා, බොහෝ දෙනෙක්ගෙ යහපත පිණිස මේ පූජා භූමියට පූජා කළා. දවසක් අබේරත්න මහත්තය එතුමාගේ නිවසේ වැඩ හිටපු ධාතුන් වහන්සේ නමක් මේ පූජා භූමියට වඩම්මවල හැමෝටම ප්‍රදර්ශනය සඳහා තැන්පත් කළා. රතු පැහැයෙන් යුක්ත ඒ ධාතුන් වහන්සේ බුදු පියාණන් වහන්සේගේ හෘද ධාතුන් වහන්සේ නමක් බවත්, තමන්ගේ සීයාගේ කාලයේ පටන් පුද පූජා ලැබූ ධාතුන් වහන්සේ නමක් බවත් පැවසුවා.

දවසක් ඒ ස්ථානයේ දවල් බුද්ධ පූජාව පවත්වපු අවස්ථාවක ඒ පූජාවට සහභාගි වෙච්ච පිරිසගෙන් එතුමා ඇහුවා, බුද්ධ පූජාව පවත්වන අවස්ථාවෙ යම් කිසි විශේෂ සිද්ධියක් කවුරුහරි දැක්කද කියල. එතකොට එක උපාසක අම්ම කෙනෙක් කිව්වා, අනේ මහත්තය මම නම් දැක්කා බුදු හාමුදුරුවන්ගෙ ශ්‍රී හස්තය වැලමිටෙන් ඉදිරි කොටස සිවුරෙන් වැහිල, ඒ ශ්‍රී හස්තයෙන් අපිට ආශිර්වාද කරනව වගේ, ඒ සිවුරු පාට හරිම ලස්සනයි, ඒ වුනත් මම ඒ බව කිව්වෙ නැත්තෙ මගේ වචන කවුරුවත් පිළිගනීවිද කියන සැකයටයි කියල. එතකොට අබේරත්න මහත්තය මොකුත් කියන්නෙ නැතිව මඳ හිනාවක් මතු කළා. මේ වගේ ගුප්ත සිදුවීම් ඒ කාලෙ ඕනෑ තරම් දැකපු අය හිටියා. එතුමා තෙරුවන් ගුණ උපහාර පූජා පවත්වල, එන පිරිසටත් දිව්‍ය, බ්‍රහ්මාදී සතර වරිගයක ඥාතීන්ටත් ලබා දෙන බුද්ධ ආශිර්වාද බල මහිමය නම් ඒ සමාධි දේශනා තුලින්මයි අහල දැකගන්න වෙන්නෙ.

සටහන
නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන

රත්රන් කියල ලෝකයා රැවටෙනවා. වර්තමානයේ සම්බුදු සසුනට සිදුවෙලා තියෙන්නෙත් ඒ අවාසනාවන්ත ඉරණමමයි..

රත්රන් ගැන දන්න ඥානවන්තයෙක් ඒ වගේ කාලයක ඉපදිලා, ව්‍යාජ රත්රන්වල ඇත්ත තත්ත්වය පැහැදිලි කරල, ඕව නියම රත්රන් නෙවෙයි කිව්වොත්, ඔහුට බොරුකාරයෙක් කියල පහර ගහන්න නින්දා කරන්න පටන් ගන්නවා. අද වගේ සද්ධර්ම ප්‍රතිරූපක පහල වෙලා තියෙන යුගයක සැබෑ බුද්ධ වචනය මතු කරල දෙන්න ගියාම වෙන්නෙත් නියම රත්රන් ගැන කියන්න ගිය කෙනාට වුන දේමයි.

ශ්‍රී සද්ධර්මය චන්දසට හෙවත් සංස්කෘත භාෂාවට නොනැගිය යුතු බව බුද්ධ වචනයක්. ඒකට දුකුලා ඇවැතකුත් පනවල තියෙනවා. “න භික්ඛවේ ලෝකායතං පරියාපුනිතබ්බං යෝ පරියාපුනෙය්‍ය ආපත්ති දුක්කටස්ස” මහණෙනි, ලෝකායත සාස්ත්‍ර (ලෝකයට අයිති බාහිර සාස්ත්‍ර) ඉගෙන ගැනීම කරන්න එපා, යමෙක් ඉගෙන ගන්නව නම් දුකුලා ඇවැතක්. ඒ බව විනයේ පෙන්වල තියෙනවා.

“න භික්ඛවේ ලෝකායතං වාචේතබ්බං යෝ වාචෙය්‍ය ආපත්ති දුක්කටස්ස” භික්ෂූන් වහන්සේලාට ලෝකායත සාස්ත්‍ර ඉගෙන ගැනීම විතරක් නෙවෙයි, අනුන්ට ඉගැන්වීමත් ඇවැත් සිද්ධ වෙන කාරණයක් බව ඉහත විනය ශික්ෂාවෙන් පෙන්වල තියෙනවා.

සංස්කෘත භාෂාව කියන්නෙ ලෝකායත සාස්ත්‍රයක්. ලෝකායත සාස්ත්‍ර ඉගෙනීම, ඉගැන්වීම, සංස්කෘත භාෂාවෙන් ධර්මය අර්ථ දැක්වීම වශයෙන් තථාගතයන් වහන්සේ විනය නීති තුනකින් තහනම් කරල තියෙනවා. එහෙම තියෙද්දි පවා පෙළ දහමේ බොහෝ වචනවලට සංස්කෘත අර්ථ දෙන්න ගිහින් ඒවායේ දහම් අර්ථ යටපත් වෙලා භාෂා අර්ථ මතු වෙලා තියෙනවා.

මේ මතු කරල දුන්න දහමට පහර ගහන්න පටන් ගත්ත එක්තරා රූපවාහිනී වැඩසටහනකදී එක ස්වාමීන් වහන්සේ නමක් අහනවා, ධර්මය විකෘති වුනේ සංස්කෘත භාෂාවට හරවපු නිසාද කියල. ධර්මය සංස්කෘතයට නැගීම නිසා දහම් අර්ථවලට හානියක් වෙලා තියෙනව කියන කාරණය වහරක අභයරතනාලංකාර ස්වාමීන් වහන්සේ කියල තියෙන නිසා, ඒ කතාව හරහා තමයි මේ වගේ ගැටළුවක් ඒ වැඩසටහනේදී මතු කරන්න ඇත්තෙ.

සංස්කෘත වචන පාවිච්චිය නිසා ධර්මය විකෘති වෙන්නෙ නෑ කියන්න මේ වගේ උදාහරණ කිහිපයක් ඒ ස්වාමීන් වහන්සේ පෙන්වනවා. “සිව් අරිසස්” කියන එක “චතුරාර්ය සත්‍යය” කියලත්, “අරි අටඟි මග” කියන එක, “ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය” කියලත් සංස්කෘත වචනවලින් භාවිතා කළා කියල, අරි අටඟි මග හෝ සිව් අරිසස් දහම් හෝ විකෘතියක් වුනාද කියල උන්වහන්සේ ප්‍රශ්න කරනවා. ඒ වචන සංස්කෘතයෙන් නෙවෙයි, ලෝකෙ මොන භාෂාවෙන් කතා කළත් විකෘතියක් නොවෙන එක සත්‍යයක්. නමුත් යම් බුද්ධ වචනයක් සංස්කෘත භාෂාවට නගන කොට ඒකෙ භාෂා අර්ථය ඉස්මතු වෙලා දහම් අර්ථය යටපත් වෙන්න තියෙන අවස්ථාව වැඩි බවයි අපි වටහා ගන්න ඕන. එහෙම අනතුරක් නැත්නම් ධර්මය සංස්කෘත භාෂාවට නගන්න එපා කියල තථාගතයන් වහන්සේ විනය නීතියකිනුත් තහනම් කළේ ඇයි? ඒකෙ යම් අනතුරක් දැකලයි තථාගතයන් වහන්සේ ඒ වගේ දෙයක් පනවා වදාරල තියෙන්නෙ.

අනෙකුත් විනය නීති ගැන බොහෝ සැළකිල්ලෙන් කතා කරන ස්වාමීන් වහන්සේලා පවා මේවා ගැන පෙන්වල දුන්නට පසුව හෝ ඒ ගැන අවධානයක් යොමු නොකිරීම කණගාටුවට කරුණක්. මෙයින් පෙනී යන්නෙ, ඇත්ත මතු කරගන්න තියෙන ඕනෑකමට වඩා සාම්ප්‍රදාය රැකගන්න තියෙන ඕනෑකම හුඟ දෙනෙකුට තියෙන බව. මොකද මේව හරි කියල පිළිගත්තොත්, තමන් මෙතෙක් කල් දේශනා කරල තියෙන්නෙ වැරද්දක් කියල ඒ අයට පිළිගන්න සිද්ධ වෙනවා.

ත්‍රිපිටක පෙළ දහමේ තිලකුණු දහම තුල තියෙන “අනිච්ච” කියන වචනයට අමතරව අක්ෂරවලින් වෙනස් “අනිච්ඡ” කියල තවත් වචනයක් සඳහන් වෙනවා. ඒක පෙළ දහම තුල යෙදිල තියෙන ආකාරය ඊළඟට විමසල බලමු.

“අනිච්ඡ” කියන වචනය ඉච්ඡ - අනිච්ඡ කියල පද බෙදෙනවා. මේ ඉච්ඡ කියන්නෙ කැමැත්තට කියන වචනයක්. එක්තරා දේවතාවෙක් “කිස්ස ධූමායිතෝ සදා” සත්ත්වයා දුම් දමමින් ඉන්නෙ කුමකින්ද කියල තථාගතයන් වහන්සේගෙන් ඇහුවම, “ඉච්ඡා ධූමායිතෝ සදා” සත්ත්වයා දුම් දමමින් ඉන්නෙ ඉච්ඡාවෙන් හෙවත් ආසාවන්ගෙන් බව පැහැදිලි කරල දුන්නා. (ස. නි. (1) දේවතා සංයුක්තය - <u>අබ්භාහත සූත්‍රය</u> - 74 පිටුව)

දේවතාවෙක් අහපු තවත් ප්‍රශ්න කිහිපයකට බුදු රජාණන් වහන්සේ මේ විදිහට පිළිතුරු දෙනවා.

ඉච්ඡාය බජ්ඣතී ලෝකෝ
ඉච්ඡා විනයාය මුච්චති

ඉච්ඡාය විප්පහානේන
සබ්බං ඡින්දති බන්ධනං

(සං. නි. 1 - දේවතා සංයුක්තය
<u>ඉච්ඡා සූත්‍රය</u> - 76 පිටුව)

ලෝක සත්ත්වයා ආසාවෙන් (ඉච්ඡාවෙන්) බැඳේ. දහම තුල හික්මීමෙන් ආසාවන්ගෙන් මිදේ. ආසාව විශේෂයෙන් පහ කර දැමීමෙන් සියලු බැම්වලින් මිදේ.

අනිච්ඡ කියන වචනය ආසා රහිත යන අර්ථයෙන් පෙටකෝපදේශයේ 160 පිටුවේ මේ විදිහට පැහැදිලි කරල තියෙනවා.

“යං ධාතුකෝ අලෝභෝ, අලුබ්භනා, අලුබ්භිතත්තං අනිච්ඡා අපත්ථනා අකන්තා අනජ්ඣෝසානං අයං අලෝභෝ”

අලෝභය කියන්නෙ මොකක්ද කියල විස්තර කරන ඉහත පාඨයේ, යම් ස්වභාව වූ අලෝභයක්, අලෝභ කිරීමක්, නොඇලුන බවක්, ආසා රහිත බවක්, නොපැතීමක්, නොකැමැත්තක්, බැහැගෙන නොපිහිටීමක් වෙයිද, ඒක අලෝභය විදිහට දක්වල තියෙනවා.

සුඛ ජීවිනෝ පුරේ ආසුං
භික්ඛු ගෝතම සාවකා

අනිච්ඡා පිණ්ඩමේසනා
අනිච්ඡා සයනාසනං

ලෝකේ අනිච්චතං ඤත්වා
දුක්ඛස්සන්තං අකංසු තේ

(ස. නි. (1) දේවපුත්ත සංයුක්තය
<u>ජන්තු සූත්‍රය</u> - 116 පිටුව)

මේ ගාථාව තුල අනිච්ඡ සහ අනිච්ච කියන වචන දෙකම යෙදිල තියෙනවා. මේ ගාථාවේ තේරුම මේකයි. පෙර ආසාවක් නැතිව පිණ්ඩපාතෙ හොයන, ආසාවක් නැතිව සෙනසුන් හොයන, ගෝතමයන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවකයෝ සුවසේ ජීවත් වුනා. උන්වහන්සේලා ලෝකය අනිසි බව දැනගෙන දුක් කෙළවර කර ගත්තා.



අනිච්ඡ කියන වචනය ආසා රහිත යන අර්ථයෙනුත්, අනිච්ච කියන වචනය අනිසි යන අදහසිනුත් ඉහත ගාථාවේ විස්තර කරල තියෙනවා.

අනිච්ඡ කියන වචනය ඉච්ඡ - අනිච්ඡ කියල පද බෙදෙනව වගේම නිච්ඡ - අනිච්ඡ ලෙසත් පද වෙන් වෙන බව අ. නි. (2) චතුක්ක නිපාතයේ 392 පිටුවේ සඳහන් වෙන තපා සූත්‍රයෙන් විස්තර වෙනවා.

"සෝ අනත්තන්තපෝ අපරන්තපෝ දිට්ඨේව ධම්මේ නිච්ඡාතෝ නිබ්බුතෝ සීතිභූතෝ සුඛ පටිසංවේදී බ්‍රහ්ම භූතේන අත්තනා විහරති"

තමා තවන්නෙත් නැතිව, අනුන්ද තවන්නෙ නැතිව, මෙලොවදීම තණ්හාව නැතිව (න + ඉච්ඡතෝ - නිච්ඡතෝ) නිවිල සිසිල් භාවයට පත්වෙලා සැප විඳිමින් ශ්‍රේෂ්ඨ සිතින් වාසය කරනවා. "නිච්ඡතෝ" කියන වචනය තෘෂ්ණාවෙන් මිදීම කියන අර්ථයෙන් දක්වල තියෙනවා. "ඉච්ඡ" කියන වචනය තෘෂ්ණාව විදිහටත් "නිච්ඡ" කියන වචනය තෘෂ්ණාවෙන් මිදීම විදිහටත් ගන්න පුළුවන්.

මෙතෙක් විස්තර කළේ "අනිච්ඡ" කියන වචනය ත්‍රිපිටකයේ යෙදිල තියෙන ආකාරය. ඊළඟට මීට වඩා අක්ෂර වෙනසකින් තියෙන "අනිච්ච" කියන පදය පෙළ දහම තුල විස්තර කරල තියෙන ආකාරය විමසල බලමු. "අනිච්ඡ" වචනය ඉච්ඡ - අනිච්ඡ කියල පද බෙදුනට "අනිච්ච" වචනය පෙළ දහමේ පද බෙදල තියෙන්නෙ නිච්ච - අනිච්ච කියල. ඒ සඳහා උදාහරණ කිහිපයක් මේ විදිහට විමසල බලමු.

පටිසංභිදා මග්ග පාළියේ (1) ගෝචර නානත්ත ඥාන යටතේ 148 පිටුවේ මේ විදිහට සඳහන් වෙනවා. "රූපේ අනිච්චතෝ වවත්ථේති, නෝ නිච්චතෝ" රූපය අනිච්ච වශයෙන් මෙනෙහි කරන අතර නිච්ච වශයෙන් මෙනෙහි නොකළ යුතු බව සඳහන් කරල තියෙනවා.

ඒ වගේම "අනිච්චානු පස්සනාය නිච්ච සඤ්ඤං - පෙ -" අනිච්චානුපස්සනාවෙන් නිච්ච සංඥාව දුරු වෙන බව සඳහන් වෙනවා. උපාදානස්කන්ධ ලෝකය අනිච්ච සේ දැකීමෙන් අනුලෝම ක්‍ෂාන්තියට පත්වෙන අතර, නිවන නිච්ච සේ අවබෝධ වීමෙන් සම්මා දිට්ඨියට පත් වෙන බව ධර්මයේ සඳහන් වෙනවා.

"තත්ථ නිච්ච සඤ්ඤාධිමුත්තස්ස අපරාපරං චිත්තං පණාමෙන්තස්ස සතිං අප්පච්චවෙක්ඛක්ඛතෝ අනිච්ච සඤ්ඤා න උපට්ඨාති" නිච්ච සංඥාව තියෙන ඔබමොබ සිත මෙහෙය වන, එළඹ සිටි සිහිය නැති කෙනාට අනිච්ච සංඥාවේ සිහිය නොපිහිටන බව පෙටකෝපදේශයේ 164 පිටුවේ එන සුත්තත්ථ සමුච්චය විග්‍රහයේ සඳහන් වෙනවා. ඒ වගේම "අනිච්ච සඤ්ඤාය නිච්ච සඤ්ඤං සමුග්ඝාතේති" අනිච්ච සංඥාවෙන් නිච්ච සංඥාව නසන බව පෙටකෝපදේශයේ 162 වන පිටුවේ සඳහන් වෙනවා.

මේ විදිහට ත්‍රිපිටකයේ නොයෙක් තැන්වලින් කරුණු පෙන්වා දුන්නෙ, අනිච්ච වචනය නිච්ච - අනිච්ච ලෙස පද බෙදිල තියෙන බව බුද්ධ වචනයෙන් සනාථ කර පෙන්වල දෙන්න ඕන නිසා.

ඊළඟට "අනිච්ච" කියන වචනය ත්‍රිපිටකයේ අර්ථ දක්වල තියෙන ආකාරය කොහොමද කියල විමසල බලමු. වර්තමානයේ අනිච්ච - අනිච්ඡ වචන සම්බන්ධව නොයෙක් විවේචනයන් රට පුරාම ලැව් ගින්නක් වගේ පැතිරිලා තියෙන නිසාත්, බුද්ධ වචනය ඉස්මතු කරල පෙන්වල දෙන්න ඕන නිසාත් තමයි මේ විදිහට ත්‍රිපිටකයෙන් කරුණු උපුටා දක්වමින් පෙන්වා දෙන්නෙ.

ඒවං අනිච්චා භික්ඛවේ සංඛාරා ඒවං අද්ධුවා භික්ඛවේ සංඛාරා (අ. නි. 4 සත්ත සූරියුග්ගමන සූත්‍රය - 427 පිටුව) මහණෙනි, සංඛාරයෝ අනිත්‍යය, සංඛාරයෝ අස්ථිරය. මේ තමයි බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක පරිවර්තනවල අර්ථ දක්වල තියෙන විදිහ. දැන් කල්පනා කරල බලන්න, අනිත්‍ය - අස්ථිර කියන අර්ථ දෙකේ වෙනසක් තියෙනවද කියල. අනිච්ච, අද්ධුව කියල වචන දෙකක් එක තැන තියෙන්නෙ ඒකෙ අර්ථ දෙකක් තියෙන නිසා. වචන දෙකෙන්ම එකම අදහසක් කියවෙනව නම් තනි වචනයක් විතරක් තිබුනම ප්‍රමාණවත්. මේකෙන් පේනවා, සංස්කෘත වචනවලින් පරිවර්තනය කරන්න ගිහින් බුද්ධ වචනවල දහම් අර්ථ යටපත් වෙන හැටි. අස්ථිර, අනිත්‍ය යන අර්ථයට අද්ධුව කියන වචනය නම් ගැලපෙනවා. නමුත් අනිච්ච වචනයට අනිත්‍ය කියල අර්ථ දැක්වීම ධර්මානුකූල නෑ.

අනිච්ච, අද්ධුව වචනවල විරුද්ධ වචන තමයි නිච්ච, ධුව. මේ ස. නි. (1) බක බ්‍රහ්ම සූත්‍රයේ 258 පිටුවේ ඒ වචන යෙදිල තියෙන ආකාරය "ඉදංහි මාරිස නිච්චං, ඉදං ධුවං..." නිදුකාණෙනි, මෙය නිත්‍යය, මෙය ස්ථිරය කියා අර්ථ දක්වා තියෙනවා. ඉහත අනිත්‍ය, අස්ථිර කිව්ව වගේ මෙහි නිත්‍යය, ස්ථිරය කියල පරිවර්තනය කරල තියෙනවා. නිත්‍ය කිව්වත් ස්ථිර කිව්වත් වචන දෙකේ අර්ථවල වෙනසක් නෑ. මේ සිංහල පරිවර්තනයත් දෝස සහිත බව පේනවා.

බක බ්‍රහ්ම සූත්‍රයේම තවත් තැනක මේ විදිහට සඳහන් වෙනවා. "යත්‍රහි නාම අනිච්චංයේව සමානං නිච්චංති වක්ඛති - අද්ධුවං යේව සමානං ධුවංති වක්ඛති..." අනිත්‍ය වූවක්ම නිත්‍ය යයි කියන්නේද, ස්ථිර නොවූවක්ම ස්ථිර යැයි කියන්නේද කියල බක බ්‍රහ්මයා තථාගතයන් වහන්සේට ප්‍රකාශ කරනවා. මෙතැනත් අනිච්ච, අද්ධුව, නිච්ච, ධුව වචන එකම අර්ථයකින් පරිවර්තනය කරල තියෙනවා. සංස්කෘත වචන යෙදීමේ අනතුර මෙයින් හොඳට පැහැදිලි වෙනවා.

තවදුරටත් "අනිච්ච" කියන වචනය ත්‍රිපිටකය තුල විස්තර කරල තියෙන්නෙ කුමන අර්ථවලින්ද කියල විමසල බලමු. බොහෝ සූත්‍ර දේශනාවල, භික්ෂූන් වහන්සේලා විසින් නිවන් අවබෝධ කර ගන්න කෙටියෙන් ධර්මයක් දේශනා කරන්න කියල තථාගතයන් වහන්සේට මතක් කරල තියෙනවා. ඒ වගේ අවස්ථාවලදී අධ්‍යාත්මික, බාහිර ආයතන පිළිබඳ විග්‍රහයක් කරනවා.

"තං කිම්මඤ්ඤථ භික්ඛවේ චක්ඛුං නිච්චං වා අනිච්චංවාති" මහණෙනි, ඔබලා මොකක්ද හිතන්නෙ මේ ඇස නිච්ච වෙනවද අනිච්ච වෙනවද? අනිච්චං භන්තේ, අනිච්චයි ස්වාමීනි, යම්පනානිච්චං දුක්ඛං වා තං සුඛං වාති" මහණෙනි, යමක් අනිච්ච නම් ඒක දුකක් වෙනවද සැපක් වෙනවද? "දුක්ඛං භන්තේ" දුකයි ස්වාමීනි. යමක් අනිච්ච නම්, දුක නම්, විපරිනාමයට පත් වෙනව නම්, ඒක දැඩි සේ ගන්නෙ නැත්නම්, සැප දුක් ඉපදෙනවද? නෑ ස්වාමීනි කියල භික්ෂූන් වහන්සේලා පිළිතුරු දෙනවා. (සං. නි. 4 - උපාදාය සූත්‍රය - 181 පිටුව)

නිච්ච, අනිච්ච වචන නිසි, අනිසි වශයෙනුත් ඇතැම් බුද්ධ ජයන්ති සිංහල පරිවර්තනවල පවා දක්වල තියෙනවා. නිසි, අනිසි කියන්නෙ නියම හෙළ අර්ථය. මේකත් නිත්‍ය, අනිත්‍ය විදිහට අර්ථ පටලවාගෙන තියෙනවා.

අනිච්ච හෙවත් අනිසියි කියන්නෙ මේ ලෝකයේ නිසියි කියල ගන්න දෙයක් නෑ කියන කාරණය වගේම, අපි හිතාගෙන ඉන්න දේවල් ඒ විදිහට ඉෂ්ට කරගන්න ලැබෙන්නෙ නැති ස්වභාවය. මේ විදිහට පංච උපාදානස්කන්ධ ලෝකය අනිසි වශයෙන් දකින්න පිහිටන්න තියෙන්නෙ ආර්ය විනය තුළ විතරයි. මේ විදිහට ලෝකය අනිසි වශයෙන් දැකීමෙන් අනුලෝම ඥානයත් නිවන නිසි සේ දැකීමෙන් සම්‍යත්ව නියාමයත් අවසානයේ සම්මා දිට්ඨියත් ඇතිවෙනකොට අනිච්ච ධර්මතාවය මැනවින් අවබෝධ වෙනවා.

අනිච්ච කියන වචනය අනිත්‍ය විදිහට ගත්තොත්, ස්ථිර නෑ, නැතිවෙනවා, වෙනස් වෙනවා කිව්ව තරමට, සත්ත්වයාට ලෝකය අත්හැරී, නොඇලී, මිදී යන තරමට ප්‍රඥාවක් පහළ වෙන්නෙ නෑ. කල්ප ගණනක් පාරමී පුරල ලොව්තුරා බුද්ධත්වයට පත් වුනේ, ස්ථිර නෑ, වෙනස් වෙනවා කියන අදහස විතරක් දේශනා කරන්න නෙවෙයි. යමක් වෙනස් වෙනවා, අස්ථිරයි කියල වටහා ගන්න බුදු දහමම අවශ්‍ය නෑ. අන්‍ය ශාස්තෘවරු පවා අනිත්‍ය ස්වභාවය වටහාගෙන ඉඳල තියෙනවා. ඒ නිසා ලොව්තුරා බුදුවරයන් වහන්සේ නමක් ලෝකයට පහළ වෙන්නෙ තව කෙනෙකුට වටහල දෙන්න බැරි යථාර්ථයක් පෙන්වල දෙන්න.

අපි අද අන්‍යාගමික කෙනෙක්ගෙන් ඇහුවොත්, මේ හට ගත්ත සියලු දේවල් වෙනස් වෙනවද කියල, ඒ අයත් කියාවි සියලු දේවල් වෙනස් වෙනව කියල. නමුත් එපමණකින් අනිච්ච දහම අවබෝධ වුනා කියන්න පුළුවන්ද? **ආර්ය උතුමෙක්ගෙ ධර්ම ශ්‍රවණයකින් තොරව කෙනෙකුට තිලකුණු දහම් අවබෝධ වීමක් සිද්ධ වෙන්නෙ නෑ.** එහෙම නම් අනිච්ච කියන්නෙ අපි හිතනවට වඩා ගැඹුරක් තියෙන දෙයක්.

අනිත්‍ය හෙවත් ස්ථිර නැති ස්වභාවයක් ලෝකයේ තියෙනවා. ඒක සදාතනික සත්‍යයක්. හේතු ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් හට ගත්ත සංඛත ධර්මයන් තුළ ලක්‍ෂණ 3 ක් පෙන්වල තියෙනවා. "උප්පාදෝ පඤ්ඤායති" හට ගැනීමක් පේනවා. "වයෝ පඤ්ඤායති" හට ගත් දෙය ගෙවී ගෙවී විනාසයට පත් වෙන ධර්මතාවයක් තියෙනවා. "ඨිතස්ස අඤ්ඤතත්ථං පඤ්ඤායති" හට ගත් දේ ඒ සම්මතයේ පවතින කාලය තුළ යම් යම් වෙනස්වීම් සිද්ධ වෙනවා හෙවත් අන්‍ය තත්ත්වයකට පත් වෙනවා. විපරිනාමය, අද්ධුව, අනියත වගේ වචනවලින් පෙන්වල තියෙන්නෙ වෙනස් වෙන, ස්ථිර නැති ස්වභාවය.

උදාහරණයක් විදිහට සත්ත්වයෙක් ඉපදුනා කියල හිතමු. ඒ තමයි උප්පාදය. ඒ සත්‍යා උපන් තැන් පටන් ක්ෂණයක් පාසා වෙනස් වෙවී ජරාවට පත් වෙලා මරණයට පත් වෙනවා. ඒ තමයි වැය වීම. එහෙම ගෙවී ගෙවී ගිහින්, ඒ ඉන්න කාලය තුළ මනුස්සයාගේ යම් යම් වෙනස්වීම්, ප්‍රකෘති තත්ත්වයෙන් අන්‍ය තත්ත්වයට පත් වීම් සිද්ධ වෙනවා. උදාහරණ විදිහට රෝගයක් හැදෙනවා. ඒක තමයි ඨිතස්ස අඤ්ඤතත්ථං කිව්වෙ.

අනිච්ච කියන්නෙ ඊට වඩා ගඹුරු දාර්ශනික අර්ථයක් තියෙන වචනයක්. අ. නි. 6 - 196 පිටුවේ ගිරිමානන්ද සූත්‍රයේ දස සංඥා තුළ පළවෙනි කාරණය තමයි අනිච්ච සංඥාව. "රූපං අනිච්චං, වේදනා අනිච්චා, සංඥා අනිච්චා, සංඛාරා අනිච්චා, විඤ්ඤාණං අනිච්චංති" මේ කියන පංච උපාදානස්කන්ධය අනිච්ච අනුව නුවණින් දකිනවද ඒ තමයි අනිච්ච සංඥාව.

දස සංඥාව තුළ පළවෙනි අනිච්ච සංඥාව මේ විදිහට විස්තර කරල ඊළඟට සියලු සංඛාරවල අනිච්ච සංඥාව (සබ්බ සංඛාරේසු අනිච්ච සංඥා) මොකක්ද කියල තවත් එහාට වැඩි විග්‍රහයකින් අර්ථ දක්වල තියෙනවා. ආයතන මුල් කරගෙන ගොඩ නැගෙන පංච උපාදානස්කන්ධය කියන්නෙ, පෙළීමට පත්වෙන (අට්ටීයති), ඒක සාරයි වටිනවා කියල ගන්න යනව නම් ලැජ්ජා විය යුතු දෙයක් ලෙසත් (හරායති), මළ මුත්‍ර වගේ අත්හල යුතු (ජි + ගු + ඉච්ඡති - ජිගුච්ඡති) දේවල් විදිහටත් පෙන්වල තියෙනවා.

සියලු සංඛාර පිළිබඳ අනිච්ච සංඥාව තෝරන ගිරිමානන්ද සූත්‍රයේ, ස්ථිර නෑ කියන අදහසක් පළාතකවත් නෑ. මෙයින් පේනවා, අනිච්ච යන්නට ස්ථිර නෑ කියන අර්ථය ගැලපෙන්නෙ නෑ කියල.

"රූපං අනිච්චං බයට්ඨේන" රූපය ක්‍ෂය වන බැවින් අනිත්‍යයි කියල මේක සිංහලට පරිවර්තනය කරල තියෙනවා. "බය" කියන වචනය ක්‍ෂයවීම, නැතිවීම, ගෙවීම කියන අර්ථයෙන් තමයි දැනට විස්තර කරල තියෙන්නෙ. බය කියන වචනය බ + අය කියල පද බෙදෙනවා. බය ධර්ම කියන්නෙ පුද්ගලයා පහලට, පිරිහීමට ඇදල දාන ධර්ම. "අවිජ්ජා පතතං වරං" (ස. නි. (1) වුට්ඨි සූත්‍රය) සත්ත්වයා පිරිහීමට, පහලට වැටෙන ධර්මයන් අතර අවිද්‍යාව ප්‍රධාන වෙන බව ඉහත දේශනා පාඨයෙනුත් විස්තර වෙනවා.

රූප, වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ කියන්නෙ සත්ත්වයා පහතට, පිරිහීමට, දුකට ඇද දමන ධර්මතා. රූපං අනිච්චං බයට්ඨේන" කිව්වම, රූප වේදනා... ආදී පංච උපාදානස්කන්ධය පහතට, පරිහානියට, බය භාවයට පත් කරන ධර්ම බව විදර්ශනා ප්‍රඥාවෙන් දකිනකොට, ඔහු අනිච්ච ලෙස ලෝකය දකින කෙනෙක් වෙනවා. අනිච්චං බයට්ඨේන කියන බුදු වදනේ සැබෑ විග්‍රහය විය යුත්තේ මේකයි. "බය" කියන වචනය නිරුක්ති අර්ථයෙන් තෝරා ගන්න බැරි වුනොත්, ක්‍ෂය වෙනවා කියන පටු අර්ථයෙන් අනිත්‍ය අර්ථයෙන් මේක වටහා ගන්නවා. "අනිච්ච" කියන එකට විරුද්ධව කතා කරන භික්ෂූන් වහන්සේලා පවා "අනිත්‍ය" සනාථ කර ගන්න මේ වගේ බුද්ධ වචන පාවිච්චි කරන බව ඒ අයගේ සාකච්ඡාවලින් පෙනී යනවා. බුද්ධ වචනයක මතු පිටින් පෙනෙන අර්ථයෙන් ධර්මය විග්‍රහ කරන්න ගියොත් වරදින්න තියෙන ඉඩකඩ බොහොම වැඩි බව මෙයින් පෙනී යනවා.

පටිසංභිදා මග්ග පාළිය (2) 236 - 237 පිටුවල අනිච්චානුපස්සනාව පද 9 කින් විස්තර කරල තියෙනවා.

1. අනිච්චතෝති අනිච්චානුපස්සනා
2. පලෝක ධම්මෝති අනිච්චානුපස්සනා
3. චලතෝති අනිච්චානුපස්සනා
4. පභංගුතෝති අනිච්චානුපස්සනා
5. අද්ධුවතෝති අනිච්චානුපස්සනා
6. විපරිනාම ධම්මෝති අනිච්චානුපස්සනා
7. විභවතෝති අනිච්චානුපස්සනා
8. සංඛතතෝති අනිච්චානුපස්සනා
9. මරණ ධම්මෝති අනිච්චානුපස්සනා

පංච උපාදානස්කන්ධ ධර්මයන් බලන ක්‍රම නව ආකාරයක් තමයි පටිසංභිදා මග්ගයේ දක්වල තියෙන්නෙ. ස්කන්ධ අනිච්ච වශයෙන් බැලීම ඒකෙ පළවෙනි කාරණය. අනිච්ච පදය ඉහතින් පෙළ දහමේ විවිධ අර්ථවලින් විස්තර කරල තියෙන නිසාත් මේ ලිපියේ අගට තව විස්තර සඳහන් වෙන නිසාත්, අනිච්ච ගැන මෙතනදි අර්ථ විග්‍රහ කරන්න අවශ්‍ය වෙන්නෙ නෑ.

පලෝක කියන්නෙ විනාස වෙන බිඳෙන ස්වභාවය. ස්කන්ධ ජරා ව්‍යාධි මරණ ස්වභාවයට පත්වෙන නිසා එහෙම දැකීමත් අනිච්චානුපස්සනාවක්

චලතෝති කියල හඳුන්වන්න සෙලවෙන කම්පා වෙන ස්වභාවය. අටලෝ දහමෙන් කම්පා වෙනකොට ඒකත් අනිච්චානුපස්සනාවෙන් දකින්න ඕන. "පුට්ඨස්ස ලෝක ධම්මේහි චිත්තං යස්ස නකම්පති" කියල මහා මංගල සූත්‍ර දේශනාවේ **අටලෝ දහමින් කම්පා නොවීම මංගල කාරණයක් විදිහට දක්වල තියෙනවා.**

පභංගු කියන්නෙ බිඳී යන ස්වභාවය. ස්කන්ධ ධර්මතාවයන් ඇතිවෙලා පැවතිලා විනාස වෙලා බිඳෙන ආකාරය අනිච්චානුපස්සනාවෙන් දකින ආකාරය තමයි මේකෙන් විවරණය වෙන්නෙ.

අද්ධුව කියන්නෙ ස්ථිර නැති අනිත්‍ය ස්වභාවය. මේ වචනය යෙදෙන ආකාරය මේ ලිපියේ මුලින් විස්තර කළා. ස්කන්ධවල වෙනස් වෙන, අස්ථිර ස්වභාවය දැකීමත් අනිච්චානුපස්සනාවට අයිති දෙයක්. මේ අනුව අනිච්ච වෙන ධර්මතා තුල අනිත්‍ය ස්වභාවයත් තියෙන බවට මේක පැහැදිලි සාක්ෂියක්. ලෝකයේ අස්ථිර බව දැකීමත් ධර්මාවබෝධයට යම් උපකාර ධර්මතාවයක් බව මෙයින් ඔප්පු වෙනවා.

මේ ගැන විස්තර වෙන වැදගත් කර්මස්ථානයක්තමයි"සියලුඅවස්ථාවෝ මොහොතින් මොහොත ගෙවී ගෙවී ගොස් විනාසයට පත්වන්නේය..." ආදී විග්‍රහය. ඒකෙන් පෙන්වල දෙන්නෙ, කිසි දෙයක් ස්ථිරව නොපවතින ස්වභාවය. ඒකත් ධර්මය දැකපු කෙනෙකුට ඇත්ත දැක ගන්න මහඟු පිටිවහලක්. මූලික ධර්මය වටහා ගත්ත කෙනෙකුට අනිත්‍ය ස්වභාවයත් පාවිච්චි කරන්න පුළුවන් වුනාට, එහෙම දහම් අවබෝධයක් නැති කෙනෙකුට ලෝකයේ ඇත්ත දකින්න අනිත්‍යතාවය තුලින් ලොකු පිටිවහලක් ලැබෙන්නෙ නෑ.

ඕනෑම දෙයක වෙනස් වෙන ස්වභාවය පරිනාමය විදිහට සඳහන් කරන්න පුළුවන්. **අපි ප්‍රිය නොකරන (අප්‍රිය) දේවල් වෙනස් වෙලා ගියාට අපට දුකක් ඇති නොවුනට, අපි ප්‍රිය මනාපව අල්ලගෙන ඡන්ද රාගයෙන් බැඳිල තියෙන දේවල් වෙනස් වෙනකොට අපිට විපරිනාම දුක්ඛය ඇති වෙනවා.** ඒ විදිහට විපරිනාම ධර්මතාවයනුත් අනිච්ච වශයෙන් දැකීම තමයි මේ කාරණයෙන් විග්‍රහ වෙන්නෙ.

ස්කන්ධ ධර්මවල පවතින්නෙ අනිච්ච, දුක්ඛ, අසුභ, අසාර ස්වභාවයක්මයි. ඒකෙ නිච්ච, සුඛ, සුභ, සාර බවක් නැති නිසා විභවතෝ කියල හඳුන්වනවා. ඒකත් අනිච්චානුපස්සනා කළ යුතු ධර්මතාවයක්.

සංඛත කියන්නෙ හේතු ප්‍රත්‍යයන්ගෙන් සකස් වෙන දේවල්. සංඛත ධර්මයන්ගේ ලක්ෂණ 3 ක් පවතිනවා. ඒ කාරණය පෙර විස්තර කළා. මේ ආකාරයට සංඛත ධර්මයන්ගේ ස්වභාවය නුවණින් දැකීමත් අනිච්චානුපස්සනාවක් වෙනවා.

ස්කන්ධ ධර්මයන් හට ගෙන පැවතිලා මරණයට පත්වෙනවා. සත්ත්ව, පුද්ගල, ද්‍රව්‍ය, වස්තු සියලු දේටම මරණය පොදු ධර්මතාවයක්. ඒකත් අනිච්චානුපස්සනා හෙවත් අනිච්ච වශයෙන් විදසුන් නුවණින් දැකිය යුතු කාරණයක්.

මේ විවිධාකාර ක්‍රමවලින් ලෝක ස්වභාවය දකින්න පුරුදු වෙනකොට, ස්කන්ධ ලෝකයට තියෙන ඡන්ද රාගය දුරු කරගෙන විදර්ශනා ප්‍රඥාව වර්ධනය කරගෙන රාග, ද්වේශ, මෝහ ප්‍රහානය කරමින් අත්හැරී, නොඇලී, මිදී ගිහින් සසර දුක් නිමා කරගන්න පරිසරය ගොඩ නැගෙනවා.

රූපයාගේ අනිච්චතාවය මොකක්ද කියන එක අභිධර්ම පිටකයේ ධම්ම සංගනීප්‍රකරණයේ 303 පිටුවේ විස්තර වෙන්නෙ මේ ආකාරයට.

කතමං තං රූපං රූපස්ස අනිච්චතෝ, යෝ රූපස්ස ඛයෝ, වයෝ, භේදෝ, පරිභේදෝ, අනිච්චතා, අන්තරධානං, ඉදං තං රූපං රූපස්ස අනිච්චතා

ඒ රූපයාගේ අනිච්චතා රූපය කියල කියන්නෙ මොකක්ද? රූපයාගේ ක්ෂය වීමක්, ගෙවීමක්, බිඳීමක්, විශේෂයෙන් බිඳීමක්, අනිච්චතාවයක්, අතුරුදහන් වීමක් වෙනවද ඒ තමයි රූපයේ අනිච්චතාවය. රූපයක තියෙන සියලු ලක්ෂණ මෙතැන විස්තර කරල තියෙනවා. රූපයක් අනිච්ච ස්වභාවයට පත් වෙනව වගේම කැඩීම් බිඳීම් ගෙවීම් ආදී ලක්ෂණත් අන්තර්ගත වෙනවා. අධ්‍යාත්මික, බාහිර, සියුම්, ඝන, දුර, ළඟ, පෙනෙන, නොපෙනෙන සියලු රූපවල මේ ලක්ෂණ ප්‍රකට වශයෙන් සහ අප්‍රකට වශයෙන් පවතිනවා.

"සංඛතානං ධම්මානං විනාසග්ගහන ලක්ඛණා අනිච්ච සඤ්ඤා තස්ස උදයබ්බයෝ පදට්ඨානං" සංඛත ධර්ම හෙවත් හේතු ප්‍රත්‍ය ධර්මයන්ගෙන් හට ගත්ත සියලු ධර්මවල ලක්ෂණය තමයි, හට ගත්ත තැන් පටන් විනාසය කරා ගමන් කිරීම. ඒක දැකීමත් අනිච්චානුපස්සනාවේම කොටසක්. ඒ වගේම අනිච්ච සංඥාව උදයව්‍ය ඥානයෙනුත් යුක්තයි. (පෙටකෝපදේශය - 164 පිටුව)

පෙටකෝපදේශයේ ඡට්ඨ භූමි සුත්තන්ථ සමුච්චයේ 162 පිටුවේ අනිච්ච සංඥාව වෙන විදිහකට විග්‍රහ වෙනවා.

"තත්ථ කතමා අනිච්ච සඤ්ඤා, සබ්බේ සංඛාරා උප්පාද වය ධම්මිනෝති යා සඤ්ඤා සඤ්ජානනා වවත්ථාපනා උග්ගහෝ අයං අනිච්ච සඤ්ඤා"

අනිච්ච සංඥාව කියන්නෙ මොකක්ද? සියලු සංඛාර ඉපදීමේ වැයවීමේ (උප්පාද වය) ස්වභාවයෙන් යුක්තයි. උදයව්‍ය ඤාණයේ හැඳිනීමක්, යම් හඳුනා ගැනීමක්, නිශ්චය කිරීමක් උදයව්‍ය කියල ගන්නා ස්වභාවයක් ඇත්ද ඒකට කියනවා අනිච්ච සංඥාව කියල.

උදයව්‍ය ඤාණය 50 ආකාරයකින් දකින හැටි පටිසංභිදා මග්ගයේ (1) - 104 පිටුවේ එන උදයබ්බ ඤාණ විවරණය යටතේ විස්තර වෙනවා. උදය දැකීමෙන් විසිපස් ලක්‍ෂණයකුත්, වැය දැකීමෙන් විසිපස් ලක්‍ෂණයකුත් වශයෙන් පනස් ආකාරයකට දකින හැටි පැහැදිලි කරල තියෙනවා.

රූපස්කන්ධයේ උදය (උදා වීම) දැකීමෙන් ලක්‍ෂණ පහක් දකිනවා. වැය (නිරෝධය හෙවත් උදා නොවීම සහ විපරිනාමය) දැකීමෙන් ලක්‍ෂණ පහක් දකිනවා, උදය වැය දැකීමෙන් රූපස්කන්ධයේ ලක්‍ෂණ 10 ක් දකිනවා. ඒ ලක්‍ෂණ දහය මේ ආකාරයට උද්දේස (මාතෘකා) වශයෙන් වටහාගන්න ඕන.

රූපයේ උදය (උදා වීම) දකින ලක්‍ෂණ පහ මොනවද? අවිද්‍යා සමුදයෙන් (හේතුවෙන්) රූපයේ ඉපදීම වෙනවා. තණ්හා සමුදයෙන් රූපයේ ඉපදීම වෙනවා. කර්ම සමුදයෙන් රූපයේ ඉපදීම වෙනවා. ආහාර සමුදයෙන් රූපයේ ඉපදීම වෙනවා. නිබ්බත්ති (නිර්මාණය වීම) ලක්‍ෂණයෙන් රූපයේ ඉපදීම වෙනවා. මේ විදිහට රූපස්කන්ධයේ උදා වීම පස් ආකාරයකට දකිනවා.

රූපයේ වැය (නිරෝධය හෙවත් උදා නොවීම සහ විපරිනාමය) දකිනකොටත් ලක්‍ෂණ පහක් දකිනවා. අවිද්‍යා නිරෝධයෙන් රූප නිරෝධ වෙනවා. තණ්හා නිරෝධයෙන් රූප නිරෝධ වෙනවා. කර්ම නිරෝධයෙන් රූප නිරෝධ වෙනවා. ආහාර නිරෝධයෙන් රූප නිරෝධ වෙනවා. විපරිනාම ලක්‍ෂණයෙන් රූපස්කන්ධයේ වැය දකිනවා. රූපස්කන්ධයාගේ වැය දැකීමෙන් ලක්‍ෂණ පහක් දකිනවා.

රූපස්කන්ධය මුල් කරගෙන උදයව්‍ය ඤාණය ආකාර දහයකට දකිනවා. මේ ආකාරයෙන්ම වේදනා ස්කන්ධය, සංඥා ස්කන්ධය, සංඛාර ස්කන්ධය, විඤ්ඤාණ ස්කන්ධය පිළිබඳවත් එක ස්කන්ධයකට දහය බැගින් පනස් ලක්‍ෂණයක් දකිනවා. අනිච්ච ලක්‍ෂණය මේ විදිහට උදය ඤාණයට ලක්‍ෂණ 25 කුත්, වැය ඤාණයට ලක්‍ෂණ 25 කුත් විස්තර වෙනවා. මේ පනස් ලක්‍ෂණය දැකීමෙන් අනිච්ච අවබෝධ වෙනවා. අනිච්ච අවබෝධ වෙනකොට දුක්ඛ, අනත්ත ලක්‍ෂණ දෙකත් අවබෝධ වීමෙන් ලෝකෝත්තර සම්මා දිට්ඨියට පත්වීමේ සෝතාපන්න මාර්ග ඵලය ප්‍රත්‍යක්‍ෂ කරනවා.

මේවා පද වශයෙන් දැනගෙන හිටියෙ නැතත් ධර්ම ශ්‍රවණයෙන් යෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් උපාදානස්කන්ධ පංචකයේ යථාර්ථය දැකීමෙන් ප්‍රථම ආර්ය භූමියට පත් වෙනවා.

අනිච්ච ධර්මතාවය පිළිබඳ විවිධාකාර පැතිවලින් මේ ලිපියෙන් කරුණු ගෙනහැර දැක්වූවා.

"යං පනානිච්චං දුක්ඛංවා තං සුඛංවාති" මහණෙනි, යමක් අනිච්ච වෙනව නම් ඒක දුකක් වෙනවද සැපක් වෙනවද කියල අහපු ප්‍රශ්නයට පිළිතුරු වශයෙන් "දුක්ඛං භන්තේ" ස්වාමීනි දුකයි කියල භික්ෂූන් වහන්සේලා පිළිතුරු දෙනවා. "යද නිච්චං තං දුක්ඛං" කියන බුදු වදනෙනුත් අනිච්ච වෙන දේවල් තුලින් දුක මිසක් සැප පහල වෙන්න ඉඩක් නෑ කියන කාරණය ඔප්පු වෙනවා. යමක් කිව්වම මේ ලෝකයේ සත්ත්ව, පුද්ගල, ද්‍රව්‍ය, වස්තු කියන රූප ධර්ම වගේම නාම ධර්ම කියන මේ ඕනම දෙයක් අදාළ වෙනවා.

අනිච්ච වෙන දේවල් තුලින් දුක විතරක් පහල වුනාට, අනිත්‍ය හෙවත් ස්ථිර නැති ස්වභාවය තුල සැප දුක දෙකම පහල වෙනවා. ඒ බව ම. නි. (1) චූල්ලවේදල්ල සූත්‍රයේ 712 පිටුවේ මේ විදිහට සඳහන් වෙනවා.

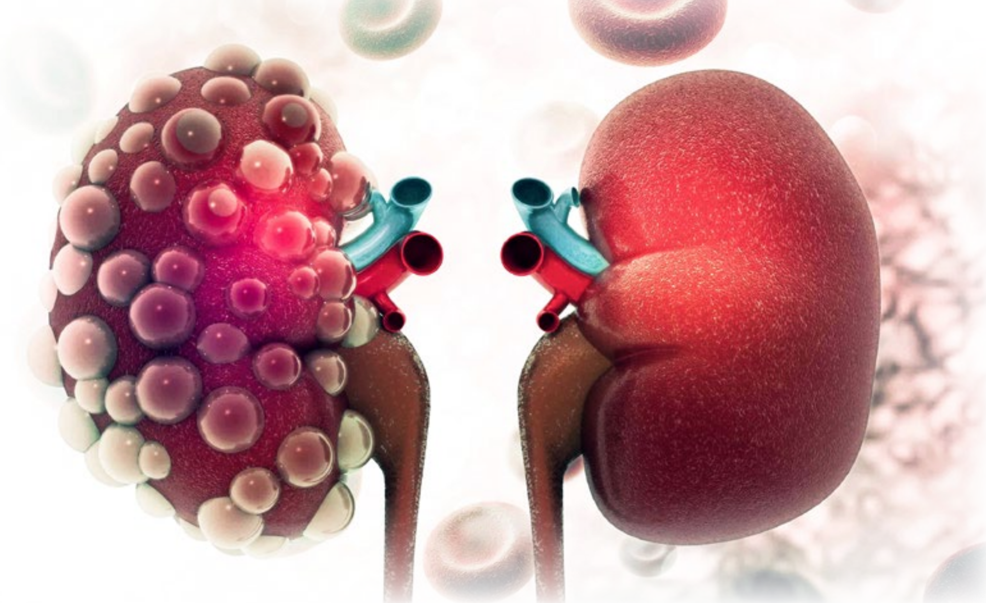
"සුඛා ඛෝ ආවුසෝ විසාඛ වේදනා ඨිති සුඛා විපරිනාම දුක්ඛා" සුඛ වේදනාව පවතිනකොට ඒ තුල සැපය තියෙන බවත්, සුඛ වේදනාව විපරිනාමය වෙනකොට දුක පහල වෙන බවත් ඉහත දේශනාවේ විස්තර වෙනවා. "දුක්ඛ වේදනා ඨිති දුක්ඛා විපරිනාම සුඛා" දුක්ඛ වේදනාවේ පැවතීම දුක වන අතර, දුකේ විපරිනාමය සැප ගෙනත් දෙනවා. **සැපේ අනිත්‍යතාවයෙන් දුකත්, දුකේ අනිත්‍යතාවයෙන් සැපත් පහල වෙන බව මේකෙන් මැනවින් පැහැදිලි වෙනවා.** අනිත්‍යතාවය තුල සැප දුක දෙකම පහල වුනාට අනිච්ච වෙන සියලු දේ තුලම තියෙන්නෙ දුක විතරයි. මේ අනුව "අනිච්ච" කියන පදයට "අනිත්‍ය" කියල අර්ථ දැක්වීම ධර්ම පරස්පරතාවයක් ගොඩ නැගෙන බව ඉහත බුද්ධ දේශනා හා සසඳල බලනකොට ඉතා පැහැදිලිව පේනවා.

පටිසංභිදාමග්ග පාළියේ 68 පිටුවේ "ජරාමරණං අනිච්චං" කියල සඳහන් වෙනවා. ජරා මරණ අනිත්‍යයි කියල මේක සිංහලට පරිවර්තනය කරල තියෙනවා. ජරා මරණ කියන්නෙ ලෝකයේ සවිඤ්ඤාණක අවිඤ්ඤාණක සියලු දේට පොදු ධර්මතාවයක්. "මරණං නියතං" කියන දේශනාව අනුව මරණය නියතයක්. "අනිච්ච" යන්නට "අනිත්‍ය" කියල අර්ථ දක්වන්න ගිහින් නියත මරණය අනියත දහමක් බවට පත් කරල තියෙනවා. මේකත් එක්තරා ධර්ම පරස්පරයක්.

ජරා මරණ නිසා සත්ත්වයා පෙළීමට පත් වෙනවා. ඡන්ද රාගයෙන් බැඳිල තියෙන දේවල් / පුද්ගලයෝ ජරා මරණයට පත්වෙනකොට තමයි පෙළීම, දුක ඇතිවෙන්නෙ. "ජරා මරණං අනිච්චං" කියන එකේ එක තේරුමක් විදිහට මේ කාරණය සඳහන් කරන්න පුළුවන්. ජරා මරණයට පත්වෙන දේවල් තමයි සත්ත්වයා නිසියි කියල අල්ලගෙන ඉන්නෙ. ඒවා අනිසි බව හෙවත් අනිච්ච විදිහට දැකිය යුතුයි. ඒ අර්ථයෙනුත් ජරා මරණ අනිච්චයි කියන්න පුළුවන්.

පූජ්‍ය කිවුල්දෙණියේ විජිතනන්ද හිමි
නිග්‍රෝධාරාම සේනාසනය,
පොල්පිටිය, මැටිකුඹුර, පොල්ගහවෙල.
0716839346

රජරට ඇතුළු රටම ගිල ගත් වකුගඩු රෝගයට හෙළ වෙදකමින් සාර්ථක ප්‍රතිකර්ම...



වකුගඩු අක්‍රිය වීම ඇතුළු ප්‍රයෝග විපත්ති නිසා ඇතිවන රෝගාබාධ සම්බන්ධයෙන් දීර්ඝ විස්තරයක් මීට පෙර 59 කලාපයේ පටන් පළ වූ “වස විස භාවිතාවේ අඳුරු පැතිකඩ” නම් ලිපි පෙළින් ඉදිරිපත් කළා. තවමත් ස්ථිරසාර විසඳුමක් නැතිව දිනෙන් දින ඔඩු දුවන මේ වකුගඩු අක්‍රිය වීම ඇතුළු ඒ ආශ්‍රයෙන් එන අනෙකුත් අතුරු ආබාධවලට, වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ විසින් දයානුකම්පාවෙන් බෙහෙත් සමාධියෙන් මතු කර දුන් දුර්ලභ ගණයේ ප්‍රත්‍යක්ෂ බෙහෙත් වට්ටෝරු කිහිපයක් තමයි මේ හඳුන්වා දෙන්නෙ.

මේ බෙහෙත් හදනකොට ඒ ගැන යමක් කමක් දන්න කියන, හැකියාවක් සහ අත්ගුණයක් තියෙන අය ලවා ඒ බෙහෙත් හදා ගැනීම තමයි වඩාත් සුදුසු වෙන්නෙ. ඒ වගේම මේ සමහර බෙහෙත්වලට අවශ්‍ය සත්ත්ව කොටස් ගන්නකොට ඒ වෙනුවෙන් සතෙකුට හිංගි හිංසා කරල ගන්න අමුද්‍රව්‍යවලින් හදන බෙහෙත් කිසිසේත්ම ප්‍රත්‍ය නොවන බවත් විශේෂයෙන් තේරුම් ගත යුතුයි. ඒ නිසා ස්වභාවිකව වැටුනු සත්ත්ව කොටස් හෝ පවත්ත හෙවත් පාංශුකූල සතෙක්ගෙ සත්ත්ව කොටස් විතරක් ගන්න වගබලා ගත යුතුයි. ඊට පෙර මේ රෝගයේ පසුබිමත් කෙටියෙන් දැන ගැනීම වැදගත්.

වකුගඩු නිසි පරිදි ක්‍රියාත්මක නොවී අක්‍රිය වීම තුලින් රෝගාබාධ රාශියක් හට ගන්නවා. ඒ සඳහා කර්ම විපාකවලට අමතරව ප්‍රයෝග විපත්ති වශයෙන් අපේ ගති පුරුදු ඇතුළු ස්වභාවිකත්වයෙන් තොර වීම, වස විස යෙදූ ආහාර අනුභවය සහ අපවිත්‍ර ජලය පානය කිරීම කියන කාරණාත් ප්‍රධාන වශයෙන් බලපානවා. වකුගඩු අක්‍රිය වීම කල් තියා හඳුනාගන්න බෑ. හඳුනා ගන්න පුළුවන් වෙන්නෙ, වකුගඩු නිසි පරිදි ක්‍රියාත්මක නොවීම නිසා හට ගන්නා අතුරු ආබාධවලින්. කකුල්වල පිටි පතුල් ඉදිමීම, තුනටිය ආශ්‍රිත කැක්කුම, කෑම අරුචිය, බඩ පුරවා දැමීම, මුත්‍රා දැවිල්ල, මුත්‍රාවල පාට අව පැහැ ගැන්වීම, කඩෙත්තු ගතිය (ඇලි මැලි ගතිය, ඇඟට පණ නැති වීම), මුහුණ අතපය පුරවා දැමීම, තොල කට වේළීම, වමනය... ආදී රෝග ලක්ෂණ ඒ අතර වෙනවා. මේ වගේ අවස්ථාවලදි බටහිර වෛද්‍ය ක්‍රම අනුව මුත්‍රා සහ රුධිරය පරීක්‍ෂා කිරීමෙනුත්, රෝගී වූ අවයවයේ කොටසක් අරගෙන පරීක්‍ෂා කිරීමෙනුත් (බයොප්සි), ස්කෑන් පරීක්‍ෂාවකිනුත් වකුගඩු අක්‍රිය වෙච්ච ප්‍රමාණය තීරණය කරන්න පුළුවන්. ඒ අක්‍රිය වීම හේතු වෙන් රුධිරයට එකතු වෙලා තියෙන අපද්‍රව්‍ය ප්‍රමාණයත් බලා ගන්න පුළුවන්.

වකුගඩු අක්‍රිය වීම තුල නිසි පරිදි මුත්‍රා පෙරීමක් සිද්ධ වෙන්නෙ නෑ. එතකොට ශරීරයෙන් බැහැර කරන බහිස්‍රාවී අපද්‍රව්‍ය රුධිරයට එකතු වෙනවා. ඒ රුධිරය කෙලින්ම බලපාන්නෙ හෘදය වස්තුවට සහ පෙණහළුවලට. රුධිරයේ අපද්‍රව්‍ය වැඩිවෙනකොට ඒ අපද්‍රව්‍ය පිරිසිදු කිරීම සඳහා වහ වහා පෙණහළු කරා ගමන් කරවනවා. එතකොට අධි රුධිර පීඩනයක් ඇතිවෙනවා. මොකද හදවත වැඩි වාර ගණනක් ක්‍රියාත්මක වෙමින් අපද්‍රව්‍ය ඉවත් කරන්න වෙහෙසෙන නිසා. එතකොට හුස්ම ගැනීමේ අපහසුතා, හුස්ම ගත්තත් ශරීරයට අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට ඔක්සිජන් නොලැබීම නිසා වැඩි වාර ගණනක් ළඟ ළඟ හුස්ම ගැනීමට සිදුවීම ආදී ලක්ෂණ දකින්න පුළුවන්. ඒ වගේම කාලයක් යනකොට රුධිරයට එකතු වන යූරියා නිසා හෘදය වස්තුවත් ක්‍රමයෙන් අක්‍රිය වෙන්න පටන් ගන්නවා. එතනදි සිද්ධ වෙන්නෙ හෘදය වස්තුව ප්‍රදාහයට (ඉදිමීම) පත්වීම. මේ අවස්ථාවෙදි රුධිර නාල තුල කොලෙස්ටරෝල් ඉතා සීඝ්‍රයෙන් තැන්පත් වෙන්න පටන් ගන්නවා. මොකද රුධිරයේ අපද්‍රව්‍ය සීඝ්‍රයෙන් වැඩි වෙලා තියෙන නිසා. මේ වෙනකොට ස්නායු පද්ධතියත් අපද්‍රව්‍යයන්ගෙන් පිරිල නිසි පරිදි ක්‍රියාත්මක වෙන්නෙ නැතිව යනවා. එතකොට සිහි මඳ ගතිය, යම් යම් දේ අමතක වීම, ඇස් පෙනීම දුර්වල වීම, කතා කිරීමේ අපහසුතා, ශරීරය ඉදිමීම... ආදී රෝග ලක්ෂණ පහල වෙනවා. මේ තමයි රෝගයේ උපරිම අවස්ථාව. ඊට පස්සෙ රෝගියා මිය යනවා.

මේ සඳහා බටහිර වෛද්‍ය විද්‍යාවේ ප්‍රතිකාරවලට අනුව නම්, රුධිර කාන්දු පෙරණය (ඩයලයිසිස්) සහ වකුගඩුවක් බද්ධ කිරීම තමයි යෝජනා කරන්නෙ. නමුත් ඒ විකල්ප දෙකම තාවකාලිකයි. මොකද වකුගඩු අක්‍රිය වෙන්න හේතුව හොයන්නෙ නැතිව, ඊට අදාළ ප්‍රතිකර්ම කරන්නෙ නැතිව, පය බරවායට අත පිටි කර බෙහෙත් බඳිනව වගේ ඒකෙන් හට ගන්නා අතුරු ආබාධවලට ප්‍රතිකර්ම කිරීමක් තමයි සිද්ධ කරන්නෙ. නමුත් හෙළ වෙදකම තුල මේ තත්ත්වය නිට්ටාවට සුව කරගන්න පුළුවන්. ඒ සඳහා මේ සඟරාවේ මීට පෙරත් 27, 28, 29, 39, 55, 83, 86 කලාපවලින් සඳහන් කළ **ඥාති බත සහ දොළොස් පිරිකර සහිත සාංඝික දානය, සෙනසුරු දානය, පහන් පූජාව, පොල් පැළ පූජාව, බෝධි පූජාව... ආදී සාසනික ප්‍රතිකර්ම පළමුවෙන්ම අනුගමනය කරල කර්ම වේග යම් ප්‍රමාණයකට හරි ගෙවා හැරල ඉන්න ඕන.** මේ රෝග තත්ත්වයන්ගෙන් පෙළෙන අන්‍යාගමික පින්වතුන් වුනත් මේ බෙහෙත් කරන්න පෙර කර්ම වේග ගෙවා හැරෙන සාසනික ප්‍රතිකර්ම තම තමන්ට පුළුවන් විදිහට කරගන්න ඕන. මොකද බුද්ධ සාසනයක් මුල් කරගෙන කරන ප්‍රතිකර්ම ප්‍රබලයි. ඒ නිසා තම තමන් අදහන විස්වාස කරන ආගම් වෙනස් නොකර රෝගය සුවපත් කර ගැනීමේ කාර්ය සඳහා මේ සාසනික ප්‍රතිකර්ම කරගන්න පුළුවන්.

හෙළ වෙදකමට අනුව අපේ ශරීරයේ සියලු පද්ධති පාලනය කරන්නෙ මහ බඩවැල ආශ්‍රිතව. ශරීරයේ පරිවෘත්තිය ක්‍රියා සියල්ල ක්‍රියාත්මක කරන්නෙ කොටස් 11 කින් යුත් මහ බඩවැලේ දහවන කොටසින්. ඒ තමයි කසලශෝධක කටයුත්ත ඉටු කරන කොටස. ඒ කොටසේ ඇතිවන යම් ව්‍යාකූල තත්ත්වයන් නිසා බහිස්‍රාවී පද්ධතිය නිසි පරිදි ක්‍රියා නොකළොත් ඒ කාරණය කෙලින්ම වකුගඩුවලට බලපානවා. එතකොට වකුගඩුවේ වෘක්කානු තුල තියෙන පටලවල කාරම් බැඳිල නිසි පරිදි බහිස්‍රාවී අපද්‍රව්‍ය පෙරීමේ ක්‍රියාවලිය සිද්ධ නොවී යනවා. ඒ නිසා ශරීරයේ අපද්‍රව්‍ය වෘක්කාණු තුලින් බැහැර නොවී නැවත ලේවලටම එකතු වෙනවා. ඒක හදවතටත් හානි කරයි. හදවතේ ක්‍රියාකාරීත්වය අඩපණ වෙන්න බලපානවා. මහ බඩවැලේ දහවන කොටසේ අක්‍රියතාවය සක්‍රීය කළොත් අක්‍රිය වෙච්ච වකුගඩු නැවත සක්‍රිය වෙනවා. එතකොට ක්‍රමයෙන් සියලු පද්ධති යථා තත්ත්වයට පත් වෙනවා. අන්තිමට රෝගියා නිරෝගී වෙනවා.

එතකොට මහ බඩවැලේ ඒ කොටස අක්‍රිය වෙන්නෙ ඇයි? ක්‍රම කිහිපයකින් ඒක සිද්ධ වෙන්න පුළුවන්. එතනදිත් ප්‍රධාන කාරණය තමයි අපි ගන්නා ආහාරවල තියෙන නොයෙක් කෘමි නාශක, වල් නාශක, කෘතිම රස කාරක, වර්ණ කාරක... ආදී වස විස. මේවා පහසුවට ළං කර ගත්ත විපත්. ඒ වගේම ඉස්සර බොන්න, ආහාර පිසගන්න... මේ ආදී වශයෙන් තමන්ගේ සියලු අවශ්‍යතා සපුරා ගත්තෙ වායුගෝලය සමග ගැටුන සූර්ය රශ්මියට නිරාවරණය වෙච්ච ළිඳෙන් වතුර ඇදගෙන. එහෙමත් නැත්නම් ඇලේ දොලේ, ගංගාවෙ, දිය උල්පත්වල ජලය. එතනදි පරිභෝජනයට යොදා ගත්තෙ ඉහලම ජල ස්ථරයේ තියෙන ජලය. ඒකෙ ඔක්සිජන් ප්‍රතිශතය ඉතා ඉහලයි.

සූර්යාලෝකයේ ක්‍රියාකාරීත්වය සහ පොළොවේ ගුරුත්වාකර්ෂණය හේතු කොටගෙන ජලයේ තියෙන විස රසායන ඇතුළු අපද්‍රව්‍ය ජලයේ අභ්‍යන්තරයට කිඳා බැහැල ජල ස්ථරයේ පතුලෙම තැන්පත් වෙනවා. **ස්වභාවිකත්වයෙන් තොර වූ සමාජය අද වතුර බොන ළිඳට බටයක් දාල ළිඳ පතුලෙම තියෙන ඛණිජ ලවණ, බැර ලෝහ සහ විස රසායන බහුල ජලය පොළවෙන් අඩි 15 - 20 ක් උසින් තියෙන ප්ලාස්ටික් ටැංකියකට තැන්පත් කර ගන්නවා. දැන් ඒකට හොඳින් සූර්යාලෝකය වැටෙනවා. දවල් දවසෙම ඒකෙ තියෙන ජලය රත් වෙලා අර ප්ලාස්ටික් ටැංකියත් එක්ක ක්‍රියා කරල විස ගොන්නක් ඒ ජලයට එකතු කරනවා.** කලින් අඩි 10 - 15 ක් පොළව යට තිබිච්ච ජලය ක්ෂණිකවම පොළවෙන් ඉහලට අරගෙන අඩි 10 - 15 ක් උසකින් තියෙන ටැංකියක තැන්පත් කරල ඒ ටැංකියේ පතුලෙම තියෙන ජලය පරිභෝජනයට ගන්නවා.

ඒ නිසා ළිඳක පතුලෙම තියෙන ජලය පරිභෝජනයට ගැනීම ඒ තරම් සුදුසු නෑ. විශේෂයෙන් පානය කිරීමට සහ ආහාර පිසීමට සුදුසු නෑ. මොකද සියලු අපද්‍රව්‍ය ජලයේ පතුලේ තැන්පත් වෙන නිසා. මේ වගේ ජලය පිරිපහදුවට ලක් නොකර පරිභෝජනයට ගැනීමෙන් ක්‍රමානුකූලව මහ බඩවැලේ සහ වකුගඩුවේ වෘක්කාණු පටල තුල මේ බැර ලෝහ මිශ්‍ර විස අපද්‍රව්‍ය තැන්පත් වෙනවා. එතකොට ක්‍රියාකාරීත්වය ක්‍රමානුකූලව අඩපණ වෙනවා. ඒ නිසා ගම්වල ඉන්න උදවිය නම් අඩු ගානෙ බොන්න ගන්න වතුර ටික හරි කෙලින්ම ළිඳකින් ගන්න පුරුදු වෙන්න ඕන. නාගරික ජනතාවට ඒ පහසුකම් නැත්නම් නළ ජලය විශේෂයෙන් පිරිපහදුවට ලක් කරල ගන්න ඕන. ඒ වගේම ජලය තැන්පත් කරන්න ප්ලාස්ටික් ටැංකි භාවිතා කරන්නෙ නැතිව සුදු යකඩවලින් හදපු ටැංකියක් භාවිතා කරන්න ඕන. සුදු යකඩ ටැංකි ජල බිංදුවේ හැඩයට රවුම්ව හදල තියෙන නිසා කිරණ ශක්තියට ඒ කාරණයත් වැදගත්. සිමෙන්තිවලින් හදනව නම් ටැංකිය ඇතුලට මැටිවලින් හදපු ස්වභාවික දෙයක් අල්ලන්න ඕන.

ඒ වගේම ඉනා බන්ධන, කොඩිවිණ, හදි හූනියම්... ආදිය මගිනුත් අපේ කිරණ කය අඩපණ කරන්න පුළුවන්. ඒ වගේ අවස්ථාවලදීත් අමනුස්සයින්ට ශරීරය නිරාවරණය වෙන නිසා ඒ තුලිනුත් ආමාශයේ සහ බඩවැල්වල තියෙන ඒ ඉනා බන්ධන පත්තියන් වෙලා අංගුලිකා හරියට ක්‍රියාත්මක නොවීම තුලින් බහිස්‍රාවී පද්ධතිය අක්‍රිය වෙනවා. ඒ මගිනුත් අක්මාව, අග්න්‍යාශය, පිත්තාශය, හදවත, වකුගඩු අක්‍රිය වෙන්න ගන්නවා. මේ වගේ දේකටත් බොහෝ කොටම මුල් වෙන්නෙ, අනන්ත සසරෙදි අපෙන් යම් යම් අවැඩ අසාධාරණ හිංගි හිංසා අන්‍යයන්ට සිදුවීම නිසා එන කර්ම දෝස. හැබැයි ඒ කර්ම දෝස සාසනික ප්‍රතිකර්ම මගින් ගෙවා හැරගන්න පුළුවන්.

අනෙක් කාරණය තමයි සියල්ල මුදල් මත පදනම් වෙච්ච බටහිර වෛද්‍ය ක්‍රමයට හුරු වෙච්ච ජනසමාජය. ඒ තුලින් කර්ම ඵල පිළිගන්නා දහම, සාරධර්ම, ගුණ ධර්ම, සමාජ සිරිත් විරිත්, සමාජ සම්මත ඉවත් වෙලා භෞතිකවාදී ජීවන ක්‍රමයකට හුරු වුනා. දෙවිවරු වගේ ගුණ යහපත් වෛද්‍යවරු අතලොස්සක් හිටියත් බොහොමයක් එහෙම නෑ. ඉස්සර කෙනෙක් තමන්ට ලෙඩක් දුකක් හැදුනොත් බේතක් හේතක් කරන්න පළමුවෙන්ම යන්නෙ ගමේ ගොඩේ වෙද මහත්තය ළඟට. ගෙනියන්නෙ බුලත් අතක්. වෙද මහත්තයට පිළිගන්වන්නෙ ඒ බුලත් අත. බුලත් කියන්නෙ බුහුමන් ලත්. වෙද මහත්තය ඒ බුලත් අතත් එක්ක පඬුරු දුන්නද නැත්ද කියලවත්, දුන්න නම් කීයක් දුන්නද කියලවත් බලන්නෙ නැතිව, ලොකු පොඩි හේද දුප්පත් පොහොසත් භේද බලන්නෙ නැතිව බුලත් අත අනෙක් පැත්ත හරවල රෝගියාගේ රෝග නිදානය විමසනවා. හඳහන පරීක්ෂා කරල බලනවා. ඒ සඳහා යම් ග්‍රහ බලපෑම් හරහා එන කර්ම වේග තියේ නම් ඒවට ප්‍රතිකර්ම කියනවා. කර්ම විපාකයක් පටිසන් දෙන්න තියේ නම් එයින් අත්මිදෙන්න ප්‍රතිකර්ම, ප්‍රයෝග සම්පත්ති ක්‍රියාත්මක කරන හැටි කියනවා.

උදාහරණ විදිහට පිරිකර සහිත ඥාති දානයක්, කප්රුක් පූජාවක්, කිරි අම්මාවරුන්ට දානයක්, සෙනසුරු පූජාවක්, ඖෂධ පූජාවක්, බෝධි පූජාවක්, ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේට රෝගියා බාර කිරීමක් (පණට පණක් දෙන්න පොල් පැළයක් අත ගස්සවල පූජා කිරීමෙන්), පිරිත් සජ්ජායනාවක් (දෙවරු, තුන්වරු, සර්ව රාත්‍රී ආදී වශයෙන්), සාංඝික දානයක්, දේව පූජාවක්, පුලන්නන්ට දානයක් (කිසිම දෙයක් ඉල්ලන්නෙ නැති, නමුත් අතේ සතයක්වත් නැතිව ඒ බව කියන්නෙ නැතිව හිතේ තියාගෙන ඉන්න අය)... ආදී වශයෙන් දෙන්න කියනවා. ඒ අනුසාරයෙන් සම්බුද්ධ සාසනයටත්, දිව්‍ය බ්‍රහ්ම මනුස්සයින්ටත්, සංසාරගත කර්ම විපාක නිසා රෝගියාගේ ශරීරයට, රෝගියා පරිහරණය කරන ගේදොර ඉඩකඩම්වලට, යාන වාහන, රැකී රක්ෂා, ව්‍යාපාර කරන තැන්වලට රැඳිල බැඳිල අයිතිවාසිකම් කියන්නා වූ යම් තාක් සතර වරිගයක ඥාති සමූහයාටත්, අමනුස්ස ඥාති ප්‍රේත භහිරව ආදී සියලු ලෝක සියලු සත්ත්වයන්ටත්, තමන්ගෙන් සිද්ධ වුනා වූ සියලු වැරදි වැරදි විදිහට දැකල ඒ කරපු වැරදි වැරදි

විදිහට පිළිඅරගෙන කමා කරල, මින් මතු තමන්ගෙන් සම්මා සම්බුද්ධ සාසනයටත් බුදු, පසේ බුදු, මහ රහතන් වහන්සේලා ඇතුළු ආර්ය උත්තමයන්ටත් දිව්‍ය, බ්‍රහ්ම, මනුස්ස, අමනුස්ස... ආදී සියලු ලෝක සියලු සත්ත්වයන්ටත් එවැනි කිසිම වරදක් පාපයක් හිංගියක් හිංසාවක් සිද්ධ නොවේවා කියල අධිෂ්ඨාන කරල, තම තමන් විසින් කර ගත්තා වූ සියලු පින් කුසල් පෙනෙන නොපෙනෙන සියලු දෙනාටම අනුමෝදන් කරල සංසාරගත කර්ම විපාක ගෙවා හරිමින් නැවත ඒ සඳහා හේතු හට නොගන්න තැනට කටයුතු කරගන්නවා. ඒ වගේම ප්‍රයෝග සම්පත්ති වශයෙන් නව ගුණ යන්ත්‍රය පැළඳීම, පිරිත් වතුර පානය... ආදියත් කියල දෙනවා.

ගමේ වෙද මහත්තය බෙහෙත් හදන්නෙ ගහකොළ වැල් උපයෝගී කරගෙන. හදන බේත ඉස්සෙල්ලම පූජා කරන්නෙ ත්‍රිවිධ රත්නයට, ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේට. මොකද මේ බේත් ඖෂධ ලබා ගන්නකොට ගහකට කොළයකට මුලකට මලකට පොත්තකට හානියක් වුනා නම්, එයින් ඒ ගස්කොළන්වලට අරක් ගෙන සිටියා වූ යම් තාක් නොපෙනෙන අත්බැව්වල ඉන්න පිරිසක් ඇත්ද, ඒ හැම දෙනාමත් මේ හදන්නා වූ බේත් ඖෂධ තම තමන් විසින් සකස් කරල ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේට කරන ගරු උපහාරයක් වශයෙන් සළකල මීට අතහිත දී ගනිත්වා කියල තෙරුවන් සිහි කරල තමයි ඒ ගහකොළවලින් යමක් උකහා ගන්නෙ. එහෙම ගත්තම ඒ ඖෂධවල බලය තීව්‍ර වෙනවා. රෝගියාට වහ වහා ප්‍රත්‍ය වෙනවා. අමනුස්ස බලපෑම් දුරු වෙලා යනවා. කිරණ කය ශක්තිමත් වෙනවා. ඒ ගස් කොළන්වලට අධිගෘහිත දෙවි දේවතාවන් සහ ඒවාට රැඳී බැඳී ඉන්න යම් තාක් අය ඇත්ද ඒ සැම සියලු දෙනාටම මහත් වූ ආශිර්වාදයක් ලැබෙනවා. ඒ වගේම ඔවුන්ගේ ආශිර්වාදයත් පෙරලා රෝගියාට ලැබෙනවා. (මේ ගැන විස්තරයක් මීට පෙර 20 වන කලාපයේ පළ වූ "එදා සිටි පැරැන්නන් දේව රැකවරණය ලැබූ හැටි" නම් ලිපියෙන් ඉදිරිපත් කරල තියෙනවා.)

ඒ වගේම තමයි බේතක් හදනකොට කිසිම අවස්ථාවකදි පන්සල්, දේවාල, කෝවිල්, පල්ලි... ආදී පූජනීය ස්ථානවලින් හෝ සුසාන භූමිවලින් හෝ අමුද්‍රව්‍ය නොගත යුතුයි. මොකද නිදහස් කරපු අමනුස්සයො ඒ ස්ථානවල ගහකොළවල රැඳිල බැඳිල හිටියොත් ඒ හරහා නොපෙනෙන ලෝකයෙන් පීඩාකාරී තත්ත්වයන් එන්න පුළුවන් නිසා. ඒ වගේම සංඝ සතු දේවල් අවසරයකින් තොරව ප්‍රයෝජනයට ගැනීමත් ගැලපෙන්නෙ නෑ. ඒ කියන්නෙ ඒ බලපෑම නිසා බෙහෙත් නියමාකාරයෙන් හදා ගන්න බැරි වීම, ඖෂධ ශක්තිය හීන වීම, විපාකයක් එන්න හේතු සැකසීම, අමනුස්ස බලපෑම් ඇති වීම, රෝගය උත්සන්න වීම... ආදිය එන්න පුළුවන්. නමුත් පූජනීය ස්ථානයක වුනත් ඒ ස්ථානය බාර භික්ෂූන් වහන්සේගෙන්හෝපූජකතුමාගෙන්හෝ අවසර සහ ආශිර්වාද අරගෙන පිංපෙත් දීල ඒ අමනුස්සයො නිදහස් කළොත් ඒ අමුද්‍රව්‍ය ගන්න පුළුවන්. ඒ වගේම **මේ හැම බේතක්ම හදනකොටත්, ඒ සඳහා අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය සොයා ගන්නකොටත් අඟහරුවාදා සහ සිකුරාදා දවස් යොදා නොගත යුතුයි. ඒ වගේම මේ කිසිම බේතක් අඟහරුවාදා, සිකුරාදා දවස්වල පළමුවෙන්ම පාවිච්චි කරන්න පටන් නොගත යුතුයි, ඒ දවස් 2 හැර වෙනත් දවසක බේත් පාවිච්චි කිරීම ආරම්භ කරන්න ඕන. ඒ කාරණය අදාළ වෙන්නෙ ආරම්භක දවසට විතරයි.**

දැන් එතකොට මේ කෙටියෙන් විස්තර කළේ වර්තමානයේ මේ වගේ ව්‍යසනකාරීත්වයක් ඇතිවෙන්න බලපාල තියෙන වටාපිටාව ගැන.

වකුගඩු අක්‍රිය වීම ආමාශය, බඩවැල්, ස්නායු පද්ධතිය, අග්න්‍යාශය, පිත්තාශය, අක්මාව... ආදී සියලු ඉන්ද්‍රියන්ට බලපානවා. බටහිර වෛද්‍ය විද්‍යාවෙන් දියවැඩියාවට, අධි රුධිර පීඩනයට, කොලෙස්ටරෝල්වලට, හෘදයාබාධවලට, උණ හෙම්බිරිස්සාවට... ආදී සියලු රෝගවලට දෙන ප්‍රතිජීවක, වේදනා නාශක බෙහෙත් පවා හිතුමතේට දිගුකාලීනව භාවිතා කිරීමත් වකුගඩු අක්‍රිය වෙන්න බලපානවා. ඒකෙන් ප්‍රධාන රෝගයට වෙදකම් කරනකොට තවත් අතුරු ආබාධ රැසක් ඇති කරනවා.

පිටියුටරි ග්‍රන්ථියේ සහ අග්න්‍යාශයේ අක්‍රියතාවය නිසා රුධිරයේ සීනි ප්‍රතිශතය ඉහල යනවා. එතකොට බටහිර වෛද්‍ය විද්‍යාවෙන් කරන්නෙ යම් මාත්‍රයකින් රෝගියාට ඉන්සියුලින් ලබා දීම. ඒකෙන් සීනි පාලනය වෙනවා. හැබැයි ඒ බෙහෙත ගන්න කාල සීමාවට විතරයි. අක්‍රිය වෙච්ච අග්න්‍යාශය හෝ පිටියුටරි ග්‍රන්ථිය සක්‍රිය කරන්න හෝ ඒවායේ රැඳිල බැඳිල තියෙන කාරම් ඉවත් කරන්න හෝ බටහිර වෛද්‍ය විද්‍යාවෙන් තවමත් ක්‍රමවේදයක් හොයාගෙන නෑ. නමුත් හෙළ වෙදකම තුළ එහෙම ක්‍රමවේද තියෙනවා. ඒ අනුව වකුගඩුවල ක්‍රියාකාරීත්වය අක්‍රිය වෙච්ච අවස්ථාව හඳුනාගෙන නැවත ක්‍රියාත්මක කරන්න අවශ්‍ය ඖෂධ ලබා දෙනවා. එතකොට සීනි පාලනය කරන්න අවශ්‍ය වෙන්නෙ නෑ. අග්න්‍යාශය සහ පිටියුටරි ග්‍රන්ථිය නිසි පරිදි ක්‍රියාත්මක වෙනකොට සීනි ස්වභාවයෙන්ම පාලනය වෙනවා. නමුත් බටහිර වෙදකම අනුව නම් මැරෙන කල්ම බේත් ගන්න ඕන. ඒකෙ අතුරු ප්‍රතිඵලයක් විදිහට වකුගඩු අක්‍රිය වීම වගේ වෙනත් අතුරු ආබාධ හට ගන්නවා. එතකොට එක ලෙඩක් හොඳ කරගන්න ගිහින් මැරෙන තුරාවටම තවත් ලෙඩ ගොන්නක් උරුම කරල දෙනවා.

වකුගඩු අක්‍රිය වෙන්න අධික කෘමි නාශක, වල් නාශක, කෘතිම හෝමෝන වර්ග යොදපු එළවළු, පළතුරු, සහල්, මස් මාලු, ඒ වගේම කෘතිම රසකාරක යොදපු ක්ෂණික ආහාරපාන වර්ග ගැනීමත් හේතු වෙන බව මීට පෙර කලාපවලින් පැහැදිලි කළා. ඒ නිසා වකුගඩු රෝගියෙක් නම් ඉහත කාරණාවන්ගෙන් බැහැර වෙලා වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ විසින් පෙන්වා දුන් සාසනික ප්‍රතිකර්මත් එක්ක, උන්වහන්සේ විසින් සමාධියෙන් මතු කර දුන් හෙළ වෙදකමේ පෙන්වා දෙන පහත බේත් හේත් පාවිච්චි කිරීමෙන් සුව කරගන්න පුළුවන්.

ඒ වගේම රෝගියාට මේ සියලු බෙහෙත් ප්‍රත්‍ය වෙන්න වී ටිකක් කබලෙ බැදගෙන ඒකෙන් පොරි ටිකක් හදාගෙන, සුදු මල් ටිකක් තියල, තඹ සතයක් සමග රෝගියාට අත ගස්සවල උදේට ගලාගෙන යන දිය පාරකට මාළුවන්ට කෑමට දමන්න. ඒ විදිහට දින 7 ක් විතර කරන්න. ඒකෙන් රෝගියාගේ ආහාර රුචිය වැඩෙනවා. බෙහෙත්, ආහාර ප්‍රත්‍ය වෙනවා.

පළමුවෙන්ම සියලු ආහාර සහ බෙහෙත් ශරීරයට ප්‍රත්‍ය වෙන්නත්, සියලු කෘමි රෝග, පණු රෝග, වෛරස් රෝග, බැක්ටීරියා ආසාදන වළක්වන්නත්, මතු හට නොගන්නත්, ශරීරයේ ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතිය සක්‍රිය කරල බලාත්මක කරන්නත් පහත බෙහෙත හදාගෙන පාවිච්චි කරන්න.

පොළොං හබරල හෝ නයි හබරල අල පිට පොත්ත රැහැල හීනියට පෙති ගහල අව්වෙ වේළගෙන කොටාගෙන පිටි බවට පත් කරගන්න (පිටි ග්‍රෑම් 100 ක් එක් අයෙකුට ප්‍රමාණවත්). නැඹුල් මල පූදින්න එන මට්ටමේ පුවක් ගහක

ළපටි කඳේ පුවක් බොඩ ඉස්මෙන් වතුර නොදා ඒවා අනාගෙන කෝපි ගෙඩි පමණට ගුලි කරල වේළගන්න.

අන්න ඒ බෙහෙත්වලින් දින 14 ක් උදේ, දවල්, රෑ ගුලිය බැගින් කෑමෙන් පසු භාවිතා කරන්න. ඒ බේත ගන්නකොට උණ ගත්තොත් එදාට ඒ බේත පාවිච්චි නොකර උණ හොඳ වුනාට පසුව නැවත දින 14 න් ඉතිරි දවස් ටිකට ගත යුතුයි. මොකද ශරීරයේ ප්‍රතිශක්තිකරණ පද්ධතිය සක්‍රිය කරන නිසා වේල් 5 ක් විතර ගන්නකොට උණ ගැනෙනවා. හැබැයි ඒ උණ පැය 7 - 8 කට වඩා අල්ලන්නෙ නෑ. ඊට වඩා වැඩි කාලයක් උණ තිබුනොත් මීට පෙර 71 කලාපයේ සඳහන් කළ නිල් - කහ ප්‍රබල උණ පැණියෙන් 3 වතාවක් පමණක් ගන්න.

වකුගඩු රෝගියෙක් මියයන්නෙ වකුගඩු අක්‍රිය වීමෙන් හට ගන්නා අතුරු ආබාධ හේතුවෙන්. රෝගියාට කයේ නිරෝගී භාවය වගේම කයේ ශක්තිමත් භාවයත් ඉතා වැදගත්. අපි නොදැනුවත්ව වුනත් බැක්ටීරියා නිසා ශරීරයේ හට ගන්නා ආබාධ තියෙන්න පුළුවන්. ඒ නිසා ප්‍රතිශක්තිය ඉහල මට්ටමක පවත්වා ගැනීමත් මේ බෙහෙත් මගින් සිද්ධ වෙනවා. ඒ වගේම වෛරස්, බැක්ටීරියා... ආදී ආසාදන තියේ නම් ඒවත් දුරු වෙනවා. එයින් ඩෙංගු මැලේරියාව... ආදී රෝගී තත්ත්වයනුත් සුව වෙනවා.

වකුගඩු අක්‍රියතාවය මහ බඩවැලේ දහ වන කොටස අක්‍රිය වීම තුලින් හට ගන්නව නම් වහාම ඒ කොටස සක්‍රිය කළ යුතුයි. ඒ සඳහා පළමුවෙන්ම ශරීරයට එකතු වෙලා තියෙන විස සහිත සියලු දෑ ශරීරයෙන් බැහැර කළ යුතුයි. ඒ සඳහා ඉහත පළමු බේත පාවිච්චි කරනවත් එක්කම මීට පෙර 17, 18, 19 වන කලාපවලින් ඉදිරිපත් කළ රක්තවාත තෙලෙන් දිනකට එක වාරයක් බැගින් දින 28 ක් (රාත්‍රී නින්දට පෙර හෝ උදෑසන 7.00 ට පමණ) වස්ති කළ යුතුයි. කටුව ඉවත් කර ගත් කුඩා සිරින්ජයකට එක වරකට තෙල් මි. ලි. 2.5 ක් අරගෙන වස්ති කිරීම පහසුවෙන් කරගන්න පුළුවන්. ඊට අමතරව පෙකණියේ පටන් කකුල්වල ඇඟිලි දක්වා පහලටත් හෘදය වස්තුවේ පටන් හිසට එනකල් ඉහලටත් රක්තවාත තෙල උදේ 7.00 ට විතර රවුමට ආලේප කරන්න. දවල් 12.00 දක්වාවත් තියෙන්න ඕන. තුවාල තියෙන තැන්වල ආලේප කළොත් වතුරට තෙමෙන්න හොඳ නෑ. තෙමුනොත් වණ වෙනවා. ඒ නිසා තෙමෙයි කියල හිතෙනව නම් තුවාල තියෙන තැන් මග හැරල ගාන්න. ඒ විදිහට දවස් 3 ක් ආලේප කරන්න. 4 වන දවසේ පටන් දින 14 ක් ඒ විදිහටම ආලේප කරල තවල එවෙලෙම අත් පාවල තියෙන ශීර්ෂ චක්‍රවලින් ලේ අරින්න. (මේ ක්‍රමය 17, 18 සහ 86 කලාපවල සටහන් කරල තියෙනවා.) ඒත් එක්කම දත්ත සම්ප්‍රේෂණය ඉහල දාන්නත්, ස්නායු පද්ධතිය සක්‍රිය කරල ස්නායු පද්ධතියේ විස ඉවත් කරන්නත් පහත සඳහන් කරන ස්නායු තෙල් බොරු ඇස් දෙපැත්තෙත්, චක්‍ර හතෙත් ගැල්විය යුතුයි.

<u>**ශරීරයේ අඟ පසඟවල නිසියාකාරව ලේ ගමන් කරවීමට, ස්නායු යථා තත්ත්වයට පත් කිරීමට, කැඩුනු ස්නායු සම්බන්ධ කිරීමට, ශරීරයේ සියලු ස්ථාන කරා නිසියාකාරව දත්ත සම්ප්‍රේෂණය කරවීමට, ස්නායුවල ඇති අපද්‍රව්‍ය ඉවත් කිරීමට, සියලු රුධිර නාලවල ඇති අපද්‍රව්‍ය ඉවත් කිරීමට, අංශභාගය නිට්ටාවට සුව කර ගැනීමට, හදවත ඇතුළු සියලු අවයවවල ඇති කොලෙස්ටරෝල් ආදී අපද්‍රව්‍ය ඉවත් කිරීමට, වාත රෝග සහ හදවත් රෝග නිට්ටාවට සුවකර ගැනීමට ස්නායු තෙලක්.**</u>

තෙල් බෝතලයක් සඳහා අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය

- වේළිච්ච රන් තැඹිලි පොල් ගෙඩි 12 යි
- වේළිච්ච රබර් ඇට මද හෝ තෙල් එඬරු ඇට ලාස් 1 යි (කි. ග්‍රෑ. 3)
- හොඳින් ඉදුනු පැණි කොමඩු ගෙඩි 1 යි (කි. ග්‍රෑ. 2 ක් පමණ. දේශීය ඒවා නම් වඩා හොඳයි)
- ගල් අන්නාසි ගැට 1 යි (කි. ග්‍රෑ. 1 ක් පමණ නැත්නම් ගැට 2 ක් ගන්න.)
- හොඳින් පැසුනු හෝ ඉදුනු ගල් අන්නාසි ගෙඩි 1 යි (ග්‍රෑම් 500 ක්)
- මහ පොළව සමග නොගැටුන, ගෙඩිය ගහට එකතු වන නැට්ටේ ඇති ගල් අන්නාසි මොටෙයියන් 3 යි (ග්‍රෑම් 300 ක්)
- අමු ගස්ලබු ගැට 1 යි
- හොඳින් ඉදුනු වැල් දොඩම් යුෂ වතුර නොදා පත 1 යි
- අලුතින් බඳින ලද හුඹස් දල්ලක් දෝතින් 1 ක් පමණ
- අමු කහ ග්‍රෑම් 250 යි (මව් ශාකයට සම්බන්ධ ප්‍රධාන අලයෙන් නම් වඩා හොඳයි.)
- ලොඳ නැති රන් තැඹිලි ඇට්ටි 4 යි (වතුර ලීටර් 2 ක් පමණ ඇති)
- රත් කෙසෙල් මුව යුෂ වතුර නොදා පත 1 යි
- කෝලිකුට්ටු මුව යුෂ වතුර නොදා පත 1 යි (කෝලිකුට්ටු වෙනුවට සුදු කොච්චි කෙසෙල් මුව ගන්නත් පුළුවන්.)
- අඟල් 2 × 2 කැරට් 24 තුනී රත්රන් කැබැල්ලක්
- හොඳින් පැසුනු නා ගෙඩි මිටක් (අමු ගෙඩි 7 ක්)
- හොඳින් පිටි ඇති රසකිඳ වැලකින් පොළවට අඩියක් පමණ ඉහලින් අඩි හයක පමණ කොටසක් (කි. ග්‍රෑ. 3 ක්)
- කකුලේ මහපට ඇඟිල්ල තරම් මහත හරංකහ අලයක් (මව් ශාකයට සම්බන්ධ අලය ග්‍රෑම් 100 ක්)
- ළපටි බඩ ඉරිඟු ඇට අහුරු 1 යි (ඇඟිලි 2 ට අල්ලල මිරිකූ විට කිරි එන මට්ටමේ)
- රියන් 4 ක පමණ මොටෙයියන් සමග අඩි 6 ක පමණ කළු උක් ගහක්
- වැට්ච්ච ඉත්තෑ කුරුවල කළු පාට කොටස් සහමුලින්ම ඉවත් කර සුදු හම කොටස් අහුරු 1 යි (ග්‍රෑම් 50 ක් පමණ)
- කැවුම් බැදපු තෙල් පත 1 යි (මි. ලි. 200 ක් පමණ)
- පෙති කපුරු පෙට්ටි 3 ක් පමණ (නිල් මානෙල් මල් සහ හං කැබැල්ල පුච්චා ගැනීම සඳහා)
- නිල් මානෙල් මල් මිටක් (මල් 7 ක් පමණ)
- කෘත්‍රිම නොවන පරණ (පාවිච්චි කළ) සපත්තු හම් කැබැල්ලක් හෝ පරණ බෙර ඇහැක් (පාවිච්චි කළ) හෝ පරණ රබානක ඇහැක් (පාවිච්චි කළ)
- භූමි තෙල් මේස හැඳි දෙකහමාරයි.
- ෆ්ලෝරයිඩ් වැඩි දන්තාලේපයක් (මේස හැන්දෙන් 1 ක්)
- වියළි ගම්මිරිස් ඇට අහුරු 1/2 ක් (ග්‍රෑම් 75 ක් පමණ)
- ඉදුනු මාළු මිරිස් ඇට අහුරු 1 යි (මේස හැඳි 1 යි)
- රිදී කුඩු ග්‍රෑම් 12 ක් (පවුම් එකහමාරක්)
- සුදු කපු රෙදි යාර 3 යි
- කුරුඳු දර, රන් තැඹිලි පොල් අතු ලෙලි, හනසු, හුවලු (මේවා යොදා ගන්නෙ තෙලේ කිරණ ශක්තියත් එක්ක එන බලය වඩාත් වැඩි කරගන්න. නමුත් මේවා හොයාගන්න බැරි නම් විතරක් සාමාන්‍ය දර හෝ වායු ලිපකින් හදාගන්න.)

සාදන ක්‍රමය : මේ තෙල හදන්න ඖෂධ සොයා ගැනීමේදී හෝ බෙහෙත් සකස් කර ගැනීමේදී හෝ මොනම

ආකාරයකටවත් මළ කන යකඩ මිශ්‍ර කිසිම උපකරණයක් භාවිතා නොකළ යුතුයි. අමුද්‍රව්‍ය සොයාගෙන බෙහෙත හදන්න පටන් ගන්න දවසේ උදේ 7.00 ට විතර බෙහෙත් හදන්න පටන් ගන්න. මොකද මේ තෙල කිරණ හා සම්බන්ධ තෙලක් නිසා ඉර උදාව, ඉර බැසීම ආදී වේලාවන්ගෙන් තෙලට අවශ්‍ය ශක්තිය අවශෝෂණය වෙනවා.

පළමුවෙන්ම ලී පත්තකින් හෝ යකඩ නොවන තලයකින් (සුදු යකඩ, පිත්තල, තඹ... ආදී) රන් තැඹිලි පොල් ගෙඩි 6 ක් ගා ගන්න. තෙල් එඬරු ඇට හෝ රබර් ඇට මද ලාස් 1 ලී හෝ ගල් වංගෙඩියකට දාල හොඳින් කොටාගෙන ගා ගත්තු පොල් ටිකත් එක්ක මැටි මුට්ටියකට දමාගන්න. කොමඩු ගෙඩියෙන් 1/2 ක් පිටපොත්ත සම්පූර්ණයෙන් රූහැල (රතු පාට කොටසට එන තෙක්) සුදු රෙදි කඩක ඔතල පොට්ටනියක් විදිහට ඒ මුට්ටියටම දමන්න. හොඳින් පැසුනු හෝ ඉදුනු ගල් අන්නාසි ගෙඩියත් පොල් ගාන්න වගේ ගාගෙන සුදු රෙදි කඩක පොට්ටනියක් විදිහට ඔතල මුට්ටියට දමන්න. ගාගන්න අපහසු නම් ගෙඩිය පිටින් රූහැල ඉවත් කරල ඉතිරිය කුඩා කෑලිවලට කපල ගන්නත් පුළුවන්. හැබැයි එතකොට අන්නාසි ගෙඩියේ පිට කළු ළප / සිදුරු එකක්වත් නොතිබෙන්න ඉවත් කරගන්න ඕන. ගල් අන්නාසි මොටෙයියන් තුනත් ඒ මුට්ටියටම දමන්න.

ඉන්පසු පිරිසිදු වතුර බෝතල් 6 ක් ඒ මුට්ටියට දමන්න. රන් තැඹිලි පොල් බිඳිනකොට එන පොල් වතුර ටිකත් භාජනයකට අරගෙන ඒකත් ඒ මුට්ටියටම දමන්න. ඉන්පසු මුට්ටියේ කට සුදු රෙදි කඩකින් බැඳල ලිපේ තියල කුරුඳු දරවලින් පැය 1/2 ක් පමණ තම්බගන්න. මේ අතරතුර ගස්ලබු ගැටයේ ඉහටියෙන් හා පහටියෙන් කැපුවට පසු එන කිරි මේස හැඳි 1 ක් වතුර පතකට (පිරිසි කෝප්ප තුන් කාලක්) මිශ්‍ර කරල වෙනම තියාගන්න.

පැණි කොමඩු ගෙඩියේ ඉතිරි බාගය ලෙල්ල රතු පාටට එනකල් ඉවත් කරල ඇටත් එක්ක වංගෙඩියේ කොටාගෙන එයින් එන යුෂ පත 1 ක් වෙනම තියාගන්න. වැල් දොඩම් ගෙඩි ටිකත් කපල වතුර නොදා ඇට නැතිව මිරිකගෙන එයින් එන යුෂ පත 1 ක් වෙනම තියාගන්න. හුඹස් දළු දෝතත් පිරිසිදු වතුර ලීටරයකට දිය කරල විනාඩි 20 ක් විතර තියල උඩින්ම මිදිල තියෙන රොඩු ටික සහ සුදු පාටට හුරු





තට්ටුව ඉවත් කරල එයින් වතුර පතක් වෙනම අරගෙන තියන්න. මේ හුඹස් දළු ගන්නකොට අලුතින් බැඳගෙන යන හුඹසකින් වේයො නොමැරෙන්න උඩින්ම දෝතක් ගන්න පුළුවන්. අමු කහ මිටත් හොඳින් කොටාගෙන එයින් 1/2 ක් ලොඳ නැති රන් තැඹිලි වතුරවලින් මිශ්‍ර කරල වෙනම තියාගන්න. රත් කෙසෙල් මුවත්, කෝලිකුට්ටු මුවත් වෙන වෙනම වංගෙඩියේ කොටාගෙන එන ඉස්ම වතුර නොදා පත 1 බැගින් වෙන වෙනම තියාගන්න. ඉතිරි ගල් අන්නාසි ගැටයත් ලී පත්තෙන් පීරිගාගෙන හෝ කළු ළප නොහිටින්න රූහැගෙන එයිනුත් යුෂ පත 1 ක් වෙනම තියන්න.

ඉන්පසුව තෙල හිඳින භාජනයට (තාච්චියට) මුලින්ම අමු කහ දිය කර ගත් පත එකතු කරල ඒකට රත්රන් තහඩුව දමන්න. ගස්ලබු කිරි, හුඹස් දළු, වැල් දොඩම් යුෂ, කෙසෙල් මුව යුෂ, කෝලිකුට්ටු මුව යුෂ, කොමඩු යුෂ, ගල් අන්නාසි යුෂ කියන මේ පතවල් 7 ත් තෙල හිඳින භාජනයට දමන්න. මේ අතරම ගල් හෝ ලී වංගෙඩියක් යොදාගෙන අමු නා ගෙඩි මිට, රසකිඳ වැල් කෑල්ල, හරංකහ, බඩඉරිඟු, ඉතිරි රන් තැඹිලි පොල් ගෙඩි හයෙන් ගා ගත්ත පොල් ටික කොටාගන්න. මේ අතර කළු උක්ගස් කැබැල්ලේ පුරුක මුල පොත්තත් එක්ක ඇති උක් මොටෙයියන් වෙනම ගලවල තියාගෙන සුද්ධ කරගත්ත කළු උක්ගස් ටිකත් කොටාගන්න.

මේ විදිහට කොටාගත්ත සියලු දෑ එකට දාල නටන උණු වතුරෙන් හොඳින් මිරිකල ඒ සියලුම ඉස්මත් තෙල හිඳින භාජනයට දමන්න. දැන් මේ සියල්ලම කුරුඳු දර දමා බස්සවා ගන්න. කලින් පැය බාගයක් ලිපේ තියල තම්බා ගත් මුට්ටිය බා ගැනීමෙන් පසු, රන් තැඹිලි පොල්, කොටා ගත් එඬරු ඇට, ගල් අන්නාසි මොටෙයියන්, ගල් අන්නාසි පොට්ටනිය, කොමඩු පොට්ටනිය ඒකෙන් ඉවත් කරල ලාටුව වගේ තියෙන ඉතිරි සියල්ල හොඳින් නටන උණු වතුරෙන් මිරිකල ඒ ඉස්ම වෙනම තියාගන්න. ඒ ටික ගන්නෙ අන්තිමට තෙල මතු වෙනකොට තෙලට එකතු කරගන්න. දැන් අර කලින් කොටාගෙන මිරිකගත්ත ඉහත මුට්ටියේ තිබ්ච්ච පොට්ටනිත් ඇතුළු ඉතිරි සියලු බෙහෙත් බඩු එකට මිශ්‍ර කරල හොඳින් කොටාගන්න. මේ සියල්ල තුන් වරක් කොටාගෙන තුන් වරක් මිරික ගන්න. බෙහෙත් බඩු කොටල මිරිකගන්න භාවිතා කරන්නෙ උණු වතුර විතරයි. මේ සියල්ල කොටා මිරිකගන්න ඉස්ම තෙල හිඳින භාජනයට දමන්න.

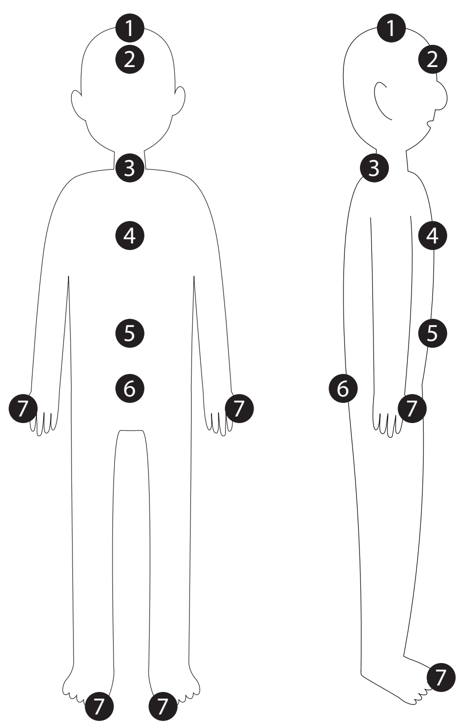
මේ අතර ඉත්තෑ කුරුවල තියෙන සුදු හම කොටස් ටික කපාගෙන (අහුරක්) කැවුම් බැදපු තෙලෙන් බැදගෙන භාජනයකට දමාගෙන හොඳින් වහල තියන්න. ඒක නැවත අරින්නෙ මිරිස් ගලට දාල අඹරනකොට විතරයි. මොකද මේ ඉත්තෑ කුරු බදිනකොට එයින් නික්මෙන පුළුටු ගඳට අමනුස්සයින් ප්‍රිය කරන නිසා ඔවුන් ඒ ස්ථාන කරා ඇදිල එන්න පුළුවන්. මේ අතර කපුරු පත්තු කරල ඒකට නිල් මානෙල් මල් 7 අල්ලල මල් පෙති සහ රේණු කරවෙන කල් පුච්ච ගන්න. ඒ අතරම පරණ සපත්තු හං කෑල්ලත් කපුරු පෙතිවලට අල්ලල පුච්ච ගන්න. ඒ පිච්චුනු කොටස හූරගෙන ඒ එන කුඩු මේස හැඳි 1/2 ක් විතර හදාගෙන වෙනම පැත්තකින් තියන්න. තෙලේ මාත්තුව වෙන්නෙ මෙන්න මේ කුඩු ටික. ඒකෙන් කරන්නෙ තෙල ස්ථාවර කිරීම. එතනින් එහාට කිසිම දෙයක් තෙලට එකතු කරන්නෙ නෑ.

දැන් කළු උක් පුරුක් මොටෙයියන්, ෆ්ලෝරයිඩ් බහුල දන්තාලේපය, ගම්මිරිස් ඇට, මාළු මිරිස් ඇට, භූමිතෙල්, බැද ගත්ත ඉත්තෑ කුරුවල සුදු කොටස් ටික, නිල් මානෙල් මල්, රේණු සහ පෙති ටික මිරිස් ගලක තියල අඹරගන්න. මේ විදිහට අඹරගත්ත බෙහෙත් ගුලිය

වෙනම අරගෙන තියන්න. දැන් ලිපේ තියපු භාජනයේ තෙල මතු වෙන්න පටන් ගන්නවා. ඒ තෙල භාජනය පුරාවටම දිවෙන කොට කලින් මිරිකල තියාගත්ත බේත් ඖෂධවල යුෂය (එඬරු ඇට, රන් තැඹිලි පොල්, කොමඩු පොට්ටනිය, ගල් අන්නාසි පොට්ටනිය, ගල් අන්නාසි මොටෙයියන් 3) ඒ තෙල් භාජනයටම එකතු කරන්න. ටික වෙලාවක් යනකොට තෙල භාජනය තුල මොණර පිලක ආකාරයට විසිරිලා යන්න පටන් ගන්නවා. දැන් ගින්දර පාලනය කළ යුතුයි. ඒ සඳහා යොදා ගන්නෙ තැඹිලි පොල් අතු, ලෙලි, හනසු, හූවලු. පිපුනු නෙළුමක ප්‍රමාණයට වැඩියෙන් ගින්දර ඇවිලෙන්නෙ නැතිවෙන්න පාලනය කරල තෙලේ මයුර පාක අවස්ථාවෙදි, කලින් අඹරගත්ත බේත් ගුලිය තෙල් භාජනයට එකතු කරල ඒක මුළු තෙල් භාජනය පුරාම යන විදිහට මුළු තෙල් භාජනයම හොඳින් කාල් ගාන්න. ගින්දර පාලනය කරගන්න බැරිව තෙල උතුරන්න ගත්තොත් අමු කහ දියර අඩු කෝප්පයක් විතර තෙලට දමන්න.

මේ විදිහට තෙල හැඳි ගා ගත්තට පසු නැවත කිසිම හේතුවක් නිසාවත් පත්ත හෝ හැන්ද තෙල් භාජනය තුලට දමන්නෙ නෑ. ගින්දර පාලනය කරමින් තෙල සම්පූර්ණයෙන්ම මයුර පාකයට ආවට පසු පෙති කපුරුවලින් පුච්ච ගත්ත හං කැබැල්ලේ කුඩු ටික තෙලට එකතු කරන්න. දැන් හැඳි ගාන්නෙ නෑ. දැන් නෙලුම් පොහොට්ටුවේ ප්‍රමාණයට තෙලේ ගින්දර තවත් අඩු කරල මුදු පාකයට තෙල හිඳගත යුතුයි. මේ විදිහට හිඳ ගත්තු තෙල හතරැස් හෝ පැතලි වීදුරු බෝතලයකට පමණක් දාන්න. ඒකට රිදී කුඩු ග්‍රෑම් 12 ත් එකතු කරන්න. මේ තෙල කිරණ තෙලක් නිසා රවුම් හෝ වෙනත් හැඩතල තියෙන බෝතලයකට දැම්මොත් කිරණ ගමන් කරන ස්වභාවය වෙනස් වෙලා තෙලේ බලය අඩු වෙනවා. ඒ වගේම පාවිච්චි සඳහා තෙල් ගන්නකොටත් ප්‍රධාන තෙල් බෝතලයට ඇඟිලි දමා තෙල් නොගත යුතුයි. මොකද එහෙම වුනොත් ශරීරයේ තියෙන කිරණ වැදිල ඒ තෙලේ ශක්තිය අඩු වෙනවා. ඒ නිසා හැමතිස්සෙම ප්‍රධාන තෙල් බෝතලයෙන් වෙනත් කුඩා කුප්පියකට හෝ පීරිසියකට හෝ අරගෙන තමයි තෙල පාවිච්චි කරන්න ඕන.

මේ තෙල් ගලවන්නෙ බොරු ඇස් සහ ප්‍රධාන චක්‍ර 7 මුල් කරගෙන. ඒ කියන්නෙ ඇස් දෙකට උඩින් නළල දෙපස සහ (1) හිස් මුදුන (සහස්‍ර චක්‍රය), (2) ඇස් දෙකට උඩින් නළල මැද (තෙවැනි ඇස), (3) හිස් කබල කොඳු නාරටියට සම්බන්ධ වන බෙල්ලෙ තියෙන පිටට නෙරූ අස්ථිය (කුණ්ඩලිනී චක්‍රය), (4) පපුව මැද වළ වගේ කොටස (හෘද චක්‍රය), (5) නාභිය (නාභි චක්‍රය), (6) කොඳු ඇට පෙළේ අවසාන අස්ථිය (මූලාධාර චක්‍රය), (7) කකුල් සහ අත්වල මහපටැඟිලිවල පිහිටි චක්‍ර 4. තෙල උදේ 7.00 ට විතර ගල්වන්න ඕන. ඒ වගේම මේ තෙල හැම තිස්සෙම රවුමට පමණක් ආලේප කළ යුතුයි. එක ස්ථානයකට තෙල් බිංදු 2 - 3 ක් දැම්මම හොඳටම ප්‍රමාණවත්. තෙල් ආලේප කරල වට 4 - 5 ක් රවුමට පිරිමැද්දම ප්‍රමාණවත්.



බොරු ඇස්වල තෙල් ගැල්වීම සඳහා පාවිච්චි කරපු තෙල් ගලක් අවශ්‍යයි. ඒ වගේ තෙල් ගලක් වඩු මහත්තයෙක්ගෙන් ඉල්ලගන්න. එහෙම නැත්නම් යකඩ බඩු වෙළඳසැලකින් මිලදී ගත්ත අළුත් තෙල් ගලක් පිරිසිදු පොල් තෙල්වල දවස් 3 ක් ගිල්වල තියල ඒක පීරකින් පොඩ්ඩක් එහා මෙහා කරල පීරි ගාල ගන්න. ඒකට ස්නායු තෙල් බිංදු 3 ක් දාල, පාවිච්චි කරපු මළ නොකෑ දැලි පිහියක් (තල නොදමන) අරගෙන ඒ තෙල් බිංදු 3 ත් එක්ක හොඳින් අතුල්ලල එන කාරම් නළල දෙපැත්තේ තියෙන බොරු ඇහැ නමින් හඳුන්වන ස්ථාන දෙකේ ගල්වන්න. ඉන්පසු අඟල් 1 × 1 හතරැස් කපු රෙදි කැබලි 2 ක් තද තේ කහට කෝප්පයකට දමා පැය 12 ක් තියල අරගෙන පැය 12 ක් පවනෙ වේළෙන්න තියල, වේළිච්ච රෙදි කැබැල්ලට තෙල් බිංදු 3 ක් දමා බොරු ඇහැ ළඟ බේත් ගල්වපු තැන තියන්න (මේ කහට වතුරෙ පොඟවල වේළ ගත්තු රෙදි කැබලි තෙල් ගල්වන්න පෙර වේලපහෙන් සකස් කරගන්න.). මේ විදිහට තියපු රෙදි කැබලි 2 දවල් 12.00 ට ගලවල ඒ ස්ථානය උණු දියෙන් සෝදා හරින්න. නැත්නම් කැමති විදිහට ඇල් වතුරෙන් හෝ උණු වතුරෙන් ස්නානය කරන්න. මේ විදිහට මාසයක් කරන්න. මේ මගින් ශරීරයේ සියලු ඉන්ද්‍රියන්වල තියෙන අපද්‍රව්‍ය ලේ නහර සහ ස්නායු හරහා ඉවත් කරනවා. පද්ධති සක්‍රිය කරනවා.

කුඩා රෝගයක් වුනත් සුව වෙන්න නම් ඒ රෝගී ස්ථාන කරා බෙහෙත් ඖෂධ හෝ සුව වෙන්න උපකාර වන සියලු දෑ සංසරණය විය යුතුයි. **මේ තෙලෙන් කැඩිච්ච ස්නායු යථා තත්ත්වයට පත් කරනවා. ස්නායු වර්ධනය කරනවා. සංඥා වේගවත් කරනවා. සියලු පද්ධතිවල තියෙන ශරීරයට අනවශ්‍ය සියලු දෑ ශරීරයෙන් බැහැර කරවනවා. මේ තෙල අංශභාගය, පිළිකාව සඳහා නිට්ටාවට ගුණ දෙනවා. හදවත් රෝග සුව කරනවා. නහර දුර්වලතා සුව කරනවා. ශරීරයේ බෙලහීනතාවයත් නිට්ටාවට සුව කරනවා.**

රෝගී ස්වභාවයන් අනුව මේ තෙල බාහිර සහ අභ්‍යන්තර සියලු රෝග සඳහා යොදා ගන්න පුළුවන්. මේ මගින් ශරීරයේ රස ධාතුව උද්දීපනය කරනවා. වකුගඩු රෝගියෙක් නම්, කලින් සඳහන් කළ විදිහට පාවිච්චියට ගත්ත තෙල් ගලක් අරගෙන ඒකට තෙල් බිංදු 3 - 4 ක් දමා දැලි පිහියකින් හොඳින් අතුල්ලල ඒ එන කාරම් ටික පාවිච්චි කරපු සිගරට් ෆිල්ටර 2 ක් (සිගරට් කොටය හෙවත් පානය කිරීමෙන් පසු ඉතිරි වන කොටස) අරගෙන ඒවා හොඳින් ලිහල ඒවායේ තවරල නළල දෙපස බොරු ඇස් ළඟ උදේ 7.00 ට ගල්වල (රඳවල) දවල් 12.00 පෙර ඉවත් කරල ස්නානය කරන්න. (පාවිච්චි කරපු සිගරට් ෆිල්ටර හොයාගන්න නැත්නම් ඒ වෙනුවෙන් සිගරට් පානය කරන්නෙ නැතිව සිගරට් 2 ක් අරගෙන පත්තු කරල ඒකෙ අගට පොඩි ළමයි සෙල්ලම් කරන්න ගන්න සෙල්ලම් භාණ්ඩයක හුළං අදින කොටසක් හෝ චූෂක පොම්පයක් හෝ වෙනත් සුදුසු උපකරණයක් සවි කරල ඒ ආධාරයෙන් හුළං ඇද්දම ඒක පාවිච්චි කරපු සිගරට් ෆිල්ටර බවට පත් වෙනවා.) ස්නානය කිරීම අගුණ නම් හෝ

වෙනත් කාරණයක් නිසා අපහසු නම් උණු දියෙන් රෙද්දක් පොඟවල එයින් බොරු ඇහැ දෙපැත්ත පිස දමන්න. ඒ විදිහට මාසයක් විතර කරන්න. අනෙකුත් චක්‍රවලත් ඉර උදාවත් එක්කම රවුමට තෙල් ආලේප කරන්න. හැබැයි මේ චක්‍රවල තෙල් ආලේප කරල අඩු ගණනෙ විනාඩි 40 ක්වත් තෙමෙන්නෙ නැතිව තියාගන්න ඕන. ඒ නිසා අත් පා ඇඟිලිවල පිහිටි චක්‍රවල තෙල් ආලේප කළාම අත් පා හෝදන්න සිද්ධ වෙන කටයුතුවල විනාඩි 40 ක්වත් නිරත නොවිය යුතුයි. ඉන්පසුව වුනත් ඒ ආලේප කරපු තෙල් වෙනම පිහදාන්න හෝ සෝදන්න හෝ අවශ්‍ය නෑ. දවල් 12.00 ට පෙර ස්නානය කරනව නම් කොහොමත් ඒ සියලු තෙල් ඉවත් වෙනවා. ඒක ඉවත් වුනත් නැතත් ගැටළුවක් නෑ.

මේ අතර හෘදය වස්තුවට බලපෑමක් ඇති වීම වළක්වල වහාම හෘදය වස්තුව ශක්තිමත් කළ යුතුයි. ඒ සඳහා ඉහත බෙහෙත් පාවිච්චි කරන්න පටන් ගෙන දවස් 3 කට විතර පසු පහත බේතත් සකස් කරල පාවිච්චියට ගැනීමෙන් හෘදය වස්තුව යථා තත්ත්වයට පත් කරගෙන සක්‍රිය කරගන්න පුළුවන්.

<u>අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය :</u> ඇට ඉවත් කළ වේළිච්ච නෙල්ලි කි. ග්‍රෑ. 2 යි (මේ සඳහා බෙහෙත් බඩු වෙළඳසැලකින් ඇට ඉවත් කළ වේළිච්ච පිරිසිදු ඉන්දියන් නෙල්ලි මිලදී ගන්න පුළුවන්.), ලංකා දෙළුම් කි. ග්‍රෑ. 2 යි, පිරිසිදු එළඟි තෙල් බෝතල් 2 1/4 යි, පිරිසිදු මී පැණි බෝතල් 3 යි, කස්තුරි කලං 1 යි, වතුර නොදැමූ පිරිසිදු එළකිරි බෝතල් 3 යි.

පළමුව මැටි මුට්ටියක් අරගෙන ඒකට පිරිසිදු වතුර බෝතල් 6 ක් දමා රෙදි කැබැල්ලකින් කට බැඳල ඒක උඩ අළු කෙසෙල් දල්ලක් එළල ඒ මත නෙල්ලි ටික තියල පැයක් පමණ හොඳින් (වණ්ඩුවේ) තම්බගන්න. ඒ සඳහා තමන්ට පහසු දර වර්ගයක් හෝ වායු ලිපක් හෝ පාවිච්චි කරන්න පුළුවන්. ඉන්පසු ඒ ටික හොඳින් වංගෙඩියක කොටාගන්න. නැත්නම් මිශ්‍රණ යන්ත්‍රයකින් අඹරගන්න. ඒ අතරම ලංකා දෙළුම් ටිකත් ලෙලි පිටින්ම කොටාගෙන ඒ එන ඉස්ම ටික වෙනම තියාගන්න. එතැනදී ඉස්ම මිරික ගන්න ජලය වෙනුවට පාවිච්චි කරන්නෙ නෙල්ලි තම්බන්න ගත්ත වතුර. මේ අතර ඒ මුට්ටියටම එළකිරි බෝතල් 3 ත් දාල ඒකට රෙදි කැබැල්ලක ඔතා ගත් කස්තුරි කැල්ලත් දාල පැය 1/2 ක් විතර තම්බගන්න. ඉන්පසු එළකිරි ටික ඉවත් කරල (අහකට දාල) කස්තුරි ටික වෙනම අරගෙන ඒකත් එක්ක නෙල්ලි, දෙළුම් ඉස්ම යන සියල්ල ලිපේ තියල ඒකට එළඟි තෙල් බෝතල් 2 1/4 ත් දාල සියලු දිය හිඳිල පිටි බවට පත් වෙනකල් ලී පත්තකින් හොඳින් හැඳිගාන්න. ඉන්පසු ලිපෙන් බාගෙන හොඳින් නිවුනට පසු ගුලි කරන්න අවශ්‍ය පදමට මී පැණි එකතු කරල කෝපි ගෙඩි ප්‍රමාණයේ ගෙඩි හදල අව්වෙ වේළගන්න. ඒ විදිහට හදා ගත්ත ගුලිවලින් දවසට 3 වතාවක් කෑමට පසු 1 බැගින් මාස 3 ක් ගන්න.

ඊළඟට වකුගඩුවේ වෘක්කාණු පටලවල බැඳිල තියෙන කාරම් ගලවල ඉවත් කරන්නත්, ඒවායේ ක්‍රියාකාරීත්වය යථා තත්ත්වයට පත් කරන්නත් පහත බේත පාවිච්චි කරන්න. නමුත් මේ බෙහෙත පාවිච්චි කරන්න පෙර ඉහත මුල් බෙහෙත් වර්ග 3 දින 7 කට වඩා භාවිතා කරන්න ඕන. ඒ නිසා එකම දවසක මුල් බෙහෙත් වර්ග 3 පාවිච්චි කරන්න පටන් ගන්න පුළුවන් නම් වඩා හොඳයි. මොකද රුධිරයට එකතු වෙලා තියෙන අපද්‍රව්‍ය වහා ඉවත් කළ යුතු නිසා. ඒ වගේම ඒ අපද්‍රව්‍යවලට වකුගඩුවේ තියෙන අපද්‍රව්‍යත් එකතු වුනොත් ඒක ශරීරයට දරාගන්න අපහසු වෙන්න පුළුවන්. පහත සඳහන් කරන බෙහෙත ශරීරයේ ලේ නහර සුද්ධ කරල මේදය තැන්පත් වීම ඉවත් කරල යථා තත්ත්වයට පත් කරනවා.

<u>අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය :</u> නා දළු කි. ග්‍රෑ. 1 යි, දේශීය පිරිසිදු ඉදිච්ච නැති පේර කොළ කි. ග්‍රෑ. 1 යි, ඇට ඉවත් කළ වියළි නෙල්ලි ග්‍රෑම් 600 යි, ඉකිරිය ගහ සහමුලින්ම වියළි කුඩු කි. ග්‍රෑ. 1 යි.

පළමුවෙන්ම මැටි මුට්ටියක් අරගෙන ඒකට පිරිසිදු වතුර බෝතල් 2 1/2 ක් දාල රෙදි කැබැල්ලකින් කට බැඳල ඒකට නෙල්ලි ග්‍රෑම් 600 දාල පැය 1/2 ක් පමණ හොඳින් වණ්ඩුවේ තම්බගන්න.

ඉන්පසු නෙල්ලි සමග ඉකිරිය කුඩු ටික හොඳින් අඹරගන්න. ඒ සඳහා මිශ්‍රණ යන්ත්‍රයක් උපයෝගී කරගන්නත් පුළුවන්. දැන් ඒකට නෙල්ලි තම්බන්න ගත්ත වතුරෙන් නා දළු කොටාගෙන එන ඉස්මත්, ඒ වතුරෙන්ම පේර කොළ කොටා ගත් ඉස්මත් එකතු කරල හොඳින් මිශ්‍ර කරගන්න. දිය ගතිය වැඩි නම් අව්වෙ තියල දිය හිඳගන්න. ඉන්පසු කෝපි ගෙඩි ප්‍රමාණයට ගුලි කරල අව්වෙ වේළගෙන උදේ, දවල්, රාත්‍රී ආහාරයට පසු ගුලි 1 බැගින් මාසයක් ගන්න.

ඒත් එක්කම පහත අරිෂ්ඨයත් සකස් කරගෙන මාස එකහමාරක් පමණ ගන්න.

<u>අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය :</u> සුදු හඳුන් අරටු කුඩු කි. ග්‍රෑ. 1 යි, වියළි අරළු ඇටත් සමග කි. ග්‍රෑ. 4 යි, මී පැණි බෝතල් 1 යි, ග්‍රෑම් 12 ක පමණ රිදී තහඩු කැබැල්ලක්.

පළමුවෙන්ම අරළු කි. ග්‍රෑ. 4 ට වතුර බෝතල් 48 ක් දමා 12 කට හිඳගන්න. ඉන්පසු ඒ ඉස්ම ටික කනක්කයක හෝ මැටි කලයක දමා පොළව යට දින 28 ක් තියන්න. පසුව ඒක එළියට අරගෙන රිදී තහඩුව දමා එළිමහන් තැනක පොළවෙන් අඩි 6 ක් උසින් (මී පැණි බෝතලය, සුදු හඳුන්, රිදී තහඩුව දැමූ අරළු අරිෂ්ඨය) තියන්න. දින 42 ක් ගියාට පසු අරගෙන අරිෂ්ඨ මේස හැඳි 2 කට සුදු හඳුන් කුඩු තේ හැඳි 1/2 යි, මී පැණි මේස හැඳි 1 යි කලවම් කරල උදේ, දවල්, රාත්‍රී කෑමට පසු මාස එකහමාරක් එක දිගට ගන්න.

වකුගඩු අක්‍රියතාවයට පත් වෙච්ච රෝගියෙක් නම් ඉහත බෙහෙත පාවිච්චි කරන්න පටන් ගෙන සති 2 කට පමණ පසු පහත බෙහෙතත් අනිවාර්යෙන්ම හදාගෙන පාවිච්චි කළ යුතුයි.

<u>අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය :</u> සුදුඑෑණු කුඩු කි. ග්‍රෑ. 1 යි (අමු සුදු එෑණු කි. ග්‍රෑ. 12 ක් වේළල සුදු එෑණු කුඩු කිලෝ 1 3/4 ක් හදාගන්න පුළුවන්), රම්පෙ ඉස්ම බෝතල් 1 යි, ඉඟුරු කුඩු කි. ග්‍රෑ. 1 යි, මී පැණි බෝතල් 1 යි.

පළමුවෙන්ම අමු ඉඟුරු හෝදල කොටාගෙන වතුර නොදා ඉස්ම ටික වෙනම තියාගෙන රොඩු ටික හොඳින් වේළගෙන කුඩු කරගෙන ඉඟුරු කුඩු කි. ග්‍රෑ. 1 ක් හදාගන්න. ඒ අතර රම්පෙ කොළ කොටාගෙන වතුර නොදා ඉස්ම බෝතලයක් අරගන්න. ඉන්පසු ඉඟුරු ඉස්මත්, රම්පෙ ඉස්මත්, සුදු එෑණු කුඩු කි. ග්‍රෑ. 1 ත්, ඉඟුරු කුඩු කි. ග්‍රෑ. 1 ත් මැටි භාජනයකට දමා ලිපේ තියල පිටි පදමට බස්සවා ගන්න. හොඳින් නිවුනට පසු මී පැණි බෝතලය මිශ්‍ර කරල ගුලි පදමට ආවට පස්සෙ කෝපි ගෙඩි ප්‍රමාණයට ගුලි කරල වේළගන්න. මේ හදා ගත්ත ගුලි වේළගත යුත්තේ ස්වභාවික වට්ටියක, පැදුරක හෝ කුල්ලක විතරයි. නැත්නම් රම්පෙ කොළවලින් හදා ගත්ත වට්ටියක් නම් ඉතාමත් සුදුසුයි. එහෙම නැත්නම් පන්වලින් වියපු වට්ටියක් හෝ පැදුරක් භාවිතා කරන්න. ඒ වගේම මේ ටික වේළගන්න පෙකණිය මට්ටමට උස මැස්සක් හෝ මේසයක් එළිමහනේ භාවිතා කරන්න. (මනුස්සයෙක්

කෙලින් හිට ගත්තම වකුගඩු හිටින මට්ටමට)

මේ විදිහට ගුලි කර ගත්ත බෙත් ගුලි වට්ටිය වියළා ගැනීම පහත ආකාරයට සිදු කළ යුතුයි. රාත්‍රී 12.00 ට මැස්ස උඩ තියල පහුවදා දවල් 12.00 ට එයින් ඉවත් කරල සිමෙන්ති හෝ මැටි පොළවේ බිම තැබිය යුතුයි. මේ බෙහෙත් ගුලි මැස්සෙන් බිමට ගන්නවා මිසක් මැස්සෙන් ඉහල කිසි තැනක නොතැබිය යුතුයි. ඉන් පහුවදා රාත්‍රී 1.00 ට නැවත මැස්ස උඩ තියල දවල් 1.00 ට බිම තැබිය යුතුය. ඊට පහුවදා රාත්‍රී 2.00 ට නැවත මැස්ස උඩ තියල දවල් 2.00 ට බිම තැබිය යුතුයි. වැස්සත් පැව්වත් බෙහෙත මේ විදිහට මැස්ස උඩත් බිමත් තැබිය යුතුයි. වහිනකොට මැස්ස නොතෙමෙන්න ඒ වෙලාවට විතරක් ආවරණයක් යොදන්න. මේ විදිහට ඉතිරි දිනවලත් පැයෙන් පැයට වෙලාව වෙනස් කරල දින 28 ක් කරන්න. මේ ආකාරයට අව්වෙනුත්, පින්නෙනුත් වේළගත්ත බෙහෙත් ගුලි සීතකරණයක තියල උදේ, දවල්, රාත්‍රී ආහාරයට පෙර එක බැගින් ගන්න.

ඒ වගේම පහත බෙතත් වකුගඩුවේ තියෙන සියලු අක්‍රියතාවයන් දුරු කරනවා. කාරම් වශයෙන් බැඳිල තියෙන අපද්‍රව්‍ය සියල්ල බුරුල් කරල ක්‍රමානුකූලව වෘක්කාණු යථා තත්ත්වයට පත් කරනවා. කාලයක් ක්‍රියාත්මක නොවී තිබුන වෘක්කාණු පටල ක්‍රියාත්මක කරවනවා. වියළිලා ඇකිළිලා ගිය වකුගඩු ක්‍රමානුකූලව ප්‍රකෘතිමත් කරනවා. මූලික බෙහෙත් පාවිච්චියෙන් සති 2 කට විතර පසු මේ බෙහෙතත් ගන්න.

<u>අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය :</u> ගලාගෙන යන පිරිසිදු ජල මාධ්‍යයකින් අරගෙන සෝදා වියළා කුඩු කරගත් දිය සෙවළ කි. ග්‍රෑ. 1 ක්, පිරිසිදු එළඟි තෙල් බෝතල් 1 1/4 යි, පිරිසිදු මී පැණි බෝතල් 1 1/4 යි. පළමුව එළඟි තෙල් සමග දිය සෙවල කුඩු මිශ්‍ර කරල ලිපේ තියල පිටි පදමට අනාගන්න (බස්සවා ගන්න.), ඉන්පසු ලිපෙන් බාගෙන නිවුනට පසු මී පැණි එකතු කරල ගුලි පදමට ආවට පසු කෝපි ගෙඩි තරමට ගුලි කරල අව්වෙ වේළගෙන උදේ, දවල්, රාත්‍රී ආහාරයට පසු ගුලි 1 බැගින් දින 28 ක් ගන්න. මේ බෙහෙත් වකුගඩුවල වගේම අග්න්‍යාශය, අක්මාව, පිත්තාශය, මුත්‍රාශය... ආදී අනෙක් අවයවන්ගෙත් යම් යම් අක්‍රමිකතාවයන් තියේනම් ඒ සියල්ලමත් යථා තත්ත්වයට පත් කරනවා.

ඒ වගේම පහත බෙහෙත වකුගඩු රෝග සඳහාත්, ඉහත සඳහන් කළ සියලු අවයවයන්ගේ ඇති අනෙකුත් සියලු රෝගී තත්ත්වයන් සඳහාත්, පිළිකා රෝගයටත් ඉතා ප්‍රත්‍යක්‍ෂයි. ඉහත මූලික බෙහෙත් පාවිච්චිය පටන් ගෙන සති 2 කට විතර පසුව ගන්න.

<u>අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය :</u> කටුපිල කොළ කලං 6 යි, ඇට ඉවත් කළ නෙල්ලි කලං 6 යි, හීන් නිදිකුම්බා කලං 6 යි, බිං පොල් කලං 6 යි, රසකිඳ කලං 6 යි, ඉරමුසු කලං 6 යි, ඇත්තෝර මල් කලං 6 යි, රත්නිටොල් කලං 6 යි, පිරිසිදු එළකිරි බෝතල් 6 යි, පිරිසිදු මී පැණි බෝතල් 1/2 යි. (මේ අමුද්‍රව්‍ය අමුවෙන් ගන්නව නම් කලං 6 යි, වියළි ඒවා නම් කලං 2 යි.)

පළමුවෙන්ම විස ඉවත් කර ගැනීම සඳහා රත්නිටොල් ටික අරගෙන එළිකිරි බෝතල් 6 සමග මුට්ටියකට දමා විනාඩි 40 කට වඩා තම්බගන්න. ඉන්පසු ඒ ටික අව්වෙ දමා වේළගෙන කුඩු කරගෙන ඒකට මී පැණි හැර ඉතිරි අමුද්‍රව්‍ය සියල්ලමත් හොඳින් වේළල කුඩු කරල එකතු කරන්න. දැන් මේ සියල්ලටම මී පැණි දමා මදටිය ඇටයක් තරමට ගුලි කරගන්න. ඉන්පසු අව්වෙ දමා හොඳින් වේළගෙන කෑමට පසු උදේ, දවල්, රාත්‍රී 1 බැගින් මාසයක් පාවිච්චි කරන්න.

ඒ වගේම මේ බෙහෙත් පාවිච්චි කරන අතර අධි ප්‍රෝටීන් බහුල ආහාර ගැනීමෙන් වළකින්න. ඒ වගේම කෘතිම ආහාර පාන, බිස්කට්, කේක්, චයිනීස් කෑම, ක්‍ෂණික කෙටි ආහාර (ෂෝට්ස්, නූඩ්ල්ස්), සෝයා මීට්, මස්, චීස්, බිත්තර සහ අධික මේදය සහිත ආහාර, අධික ලුණු සහිත ආහාර, අමුවෙන් ආහාරයට ගන්නා පොටෑසියම් බහුල එළවළු වර්ග (උදා :- කොළ සලාද), කෘතිම බීම වර්ග ගැනීමෙන් වළකින්න. පොටෑසියම් බහුල කොළ ගන්නම අවශ්‍ය නම් ලුණු වතුරෙ පැය බාගයක් තියල මිරිකල ගන්න. එතකොට පොටෑසියම් ඉවත් වෙනවා. පුළුවන් හැම අවස්ථාවකම ස්වයංජාත හාල් වර්ග පමණක් ආහාරයට ගන්න. එහෙම නැත්නම් පොක්කාලි, දහනල, කළු හීනටි... කියන පැරණි සහල් වර්ග රෝගය සුව වෙනකල්වත් ආහාරයට එකතු කරගන්න. ස්වයංජාත සහල්වලින් කැඳ හදල පානය කරන්න.

කැකිරි, සීනි කැකිරි, පිපිඤ්ඤා, පුහුල්, නොමේරූ සිංහල වට්ටක්කා (පිටි අඩු නිසා), නියං වැටකොළු, හේන් වැටකොළු, නීරමුල්ලිය (සතියකට 2 වතාවක් පමණ), මැල්ල (සතියකට දවසක් 2 ක් පමණ), වැල් කොහිල අල (කඳ), අස්වැන්න, බරුකොකු, බලුනගුට, නෙළුම් අල, කුරුම්බා කහකඩ ව්‍යංජනය, බේඳුරු අල කැඳ, දියමිත්ත, දුහුදු... ආදිය වකුගඩු රෝගීන්ට ඉතා ගුණදායකයි. "වස විස ආහාරවලට එරෙහි විකල්ප" නම් ලිපි පෙළ යටතේ මේවා ගැන විස්තර බොහොමයක් පළ කරල තියෙනවා. ඒ වගේම පළතුරු විදිහට බෙලි, බාගෙට ඉදුනු ගස්ලබු, දෙමුහුම් නැති කොමඩු ආහාරයට ගන්න පුළුවන්. ඒවා මේ බෙහෙත් ප්‍රත්‍ය වෙන්න උදව් වෙනවා.

ඒ වගේම මේ හදා ගන්නා සියලු බෙහෙත්වල අග්‍ර කොටස සම්මා සම්බුද්ධ සාසනයට පූජා කළ යුතුයි. අසාධ්‍ය රෝගියෙක් නම් විශේෂයෙන් අග්‍ර කොටස වෙන් කරල ජය ශ්‍රී මහා බෝධීන් වහන්සේට පූජා කරන්න පුළුවන් නම් වඩා හොඳයි. දෙවනුව රෝගියාට පරිහරණය කරන්න කැපයි. ඒ වගේම මේ බෙහෙත් අධික ලාභ ලැබීමේ හෝ මුදල් ඉපයීමේ මාර්ගයක් කර නොගන්න. එහෙම වුනොත් ප්‍රතිඵල නොලැබී යනවා. බෙහෙතේ ගුණ පිහිටන්නෙ නැතිව යනවා. ඒ නිසා අසරණ රෝගීන් කෙරෙහි මහත් වූ දයානුකම්පාවෙන් විතරක් මේ බෙහෙත් හදල දෙන්න. එතකොට බෙහෙත් ප්‍රත්‍ය වෙනවා, සුව වෙනවා. මොකද වෙදකම වගේම හෙදකමත් බේතක් ප්‍රත්‍ය වෙන්න බලපානවා. හැබැයි මෙතනදි අමුද්‍රව්‍යවලට යන වියදම වගේම තමන්ගේ ශ්‍රමය සහ මහන්සියටත් සාධාරණ මුදලක් අය කර ගැනීම කිසිම ගැටළුවක් නෑ. එහෙම නැතිව හුදෙක් ලාභ ඉපයීමේ බලාපොරොත්තුවෙන් කරන්න එපා කියන එකයි මේ කියන්නෙ. ඒ වගේම මේ කියන සැඟවුනු දහම සම්බන්ධයෙන් යම් කිසි අවබෝධයක් තියෙන භික්ෂූන් වහන්සේ නමකගෙන් ආශිර්වාද ලබාගෙන මේ බෙහෙත් හදන්න පටන් ගන්නව නම් වඩා හොඳයි. **මේ සම්බන්ධයෙන් තවත් වැදගත් කරුණු රැසක් සහ වකුගඩු රෝගයට ප්‍රත්‍ය තවත් බෙහෙත් වර්ග ඉදිරි කලාපයෙන් බලාපොරොත්තු වන්න.**

සටහන

නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන



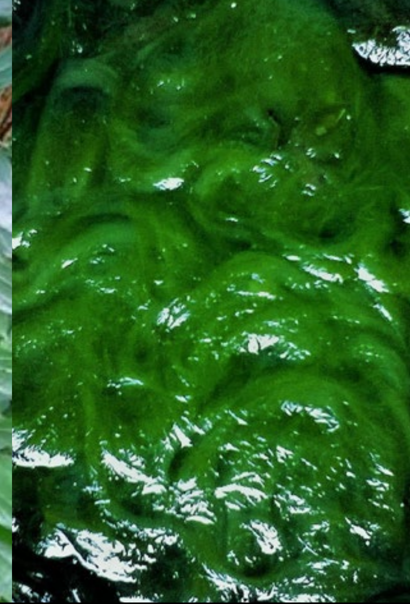
අට්ටික්කා



කපුකිණිස්ස



රුක් අඟුන



දිය සෙවෙල්

වස විස ආහාරවලට එරෙහි විකල්ප 15

දුර්ලභව ලැබූ මනුස්ස ජීවිතය වස විස ආදී ප්‍රයෝග විපත්තිවලින් විනාස වෙන්න ඉඩ නොදී ආරක්‍ෂා කර ගැනීමේ අරමුණින්, වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ විසින් ද්‍රව්‍ය පදාර්ථ ඥානයෙන් සහ බෙහෙත් සමාධියෙන් මතු කර දුන් කරුණු කාරණාත් ඇසුරු කරගෙන, වස විස ආහාරවලට එරෙහිව භාවිතා කරන්න පුළුවන් තවත් වටිනා දේශීය ආහාර වර්ග කිහිපයක් වර්තමාන සහ පශ්චිම ජනතාවගේ හිත සුව පිණිස මෙවරත් හඳුන්වා දෙනවා.

අට්ටික්කා වියළි කලාපයෙත්, තෙත් කලාපයෙත් දිය පාරවල්, ඇලවේලි, ගංගා ඉවුරු, වැව් තාවුළු, කුඹුරු, ඕවිටි ආදී සියලු තැන්වල ස්වභාවිකව විසාල ගස් ආකාරයට වැවෙන වටිනා ඖෂධීය ශාකයක්. ගෙඩි හැදෙන කාලයට කඳේ මුල පටන් ඉහලට හැම තැනින්ම පොකුරු වශයෙන් ගෙඩි හට ගන්නවා. ඒවා පැහිල ඉදුනට පසු තැඹිලි රතු පාටයි. පලා කොට්ටෝරුවන්, කොහා, බටගොයින්, උගුඩුවන් සහ වඳුරන්ගේ ප්‍රියතම ආහාරයක්. ඉදිල බිමට වැටෙන ගෙඩි කෝඳුරුවන්ගේ තෝතැන්නක්. ඉදුනු ගෙඩි සම්පූර්ණයෙන්ම ඉදිල බිමට වැටෙන්න පෙර පළතුරු බීමක් වශයෙන් හදාගන්නත් පුළුවන්.

හෙළ වෙදකමේදී අට්ටික්කා ගෙඩි, පොතු, මුල්, කොළ, දළු... ආදී සියල්ලම ඖෂධ විදිහට යොදා ගන්නවා. විශේෂයෙන් අස්ථි සහ ඇට මිදුළු ආශ්‍රිත සියලු රෝගයන්ට යොදා ගන්නවා. ඖෂධීය ගුණ ගත්තොත් ශරීරයේ සියලුම අස්ථි ශක්තිමත් කරනවා. දත් මුල් දියවීම, දත් සෙලවීම, අකලට හිස කෙස් වැටීම වළකනවා. රතු රුධිරානු මට්ටම ඉහල නංවනවා. ආතරයිටීස්, ඔස්ටියෝපෙරෝසීස් වගේ රෝගී තත්ත්වයන් තියෙන අයට ඉතාමත් ගුණදායකයි.

අට්ටික්කා ළපටි ගෙඩි ඉතා ප්‍රණීත ව්‍යංජනයක්. සම්පූර්ණ ළපටි ගෙඩි සාමාන්‍ය බටු මාළුවක් උයන ආකාරයටත්, තිබ්බටු මැල්ලුමක් ආකාරයටත් සකස් කරල ආහාරයට ගන්න පුළුවන්. එහෙම නැත්නම් තම්බල අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට ලුණු එකතු කරල කට්ට සම්බෝලයක් සහ පොල් සමග සම්පූර්ණ තනි ආහාර වේලක් වශයෙන් ගන්නත් පුළුවන්. මෝරපු ගෙඩි ගන්නව නම් ඇට ඉවත් කරල තම්බගන්න ඕන. නැත්නම් කහට ගතිය හිටිනවා. නමුත් තෙම්පරාදු කරනව නම් ගෙඩිය 4 - 5 ට පලල ඇටත් එක්කම ගන්න පුළුවන්.

කපුකිණිස්ස අත්හැර දැමූ හේන්වල, පුරං ඉඩම්වල, ලඳු කැලෑවල ස්වභාවිකව වැවෙන, බණ්ඩක්කවලට තරමක් සමාන හැඩරුවක් තියෙන ශාකයක්. සමහර අවස්ථාවල නාගරික ගෙවල්වල විසිතුරු මල් විදිහටත් වගා කරනවා. ඖෂධීය වටිනාකමත්, ආහාරයක් වශයෙන් භාවිතා කරන ආකාරයත් නොදන්නා නිසා කවුරුවත් ප්‍රයෝජනයට ගන්නෙ නෑ. ඒ හේතුවෙන් වටිනා ඖෂධීය ආහාරයක් අපතෙ යනවා.

කපුකිණිස්ස ගහේ මුල පටන් අග දක්වාම කඳ, පත්‍ර, මල්, පොහොට්ටු... ආදී හැම අංගයකම බූල් වගේ කෙඳි රාශියක් දකින්න පුළුවන්. ඒ වගේම මේ ගහටම ආවේණික සුගන්ධයක් තියෙනවා. කහ පාට මල් පිපෙන්න පෙර විසාල පොහොට්ටු හට ගන්නවා. මේ පොහොට්ටු ඉතා රසවත් ආහාරයක්. පොහොට්ටු කිහිපයක් කඩාගෙන පිස දැමීමෙන් බූව ඉවත් කරගෙන, හීන් වෙන්න ලියාගෙන ලූණු, දෙහි ඇඹුල්, ළූණු, මිරිස් සහ පොල් ටිකක් එකතු කරල සම්බෝලයක් ආකාරයට සකස් කර ගත්තම ඉතා රසවත් ආහාරයක්. නමුත් මේ පොහොට්ටු මඳ ඇඹුල් රසයකින් යුක්ත නිසා අවශ්‍ය නම් විතරක් දෙහි ඇඹුල් එකතු කරන්න. ඒ වගේම ළපටි කරල් බණ්ඩක්ක වගේ උයල ආහාරයට ගන්නත් පුළුවන්. කරල් මේරුවට පසු පුපුරල එන ඇට කස්තුරි සුවඳට සමානයි. ඒවා හැපීමෙන් මුඛ දුර්ගන්ධය දුරු වෙනවා. ආහාර අරුචිය දුරු වෙනවා. බුලත් විටටත් යොදා ගන්නවා.

කපුකිණිස්සවල තියෙන විශේෂම ගුණය තමයි වහා ආහාර රුචිය වැඩවීම. ඒ වගේම ඉක්මනින් ආහාර ජීර්ණය කරනවා. ජීර්ණය අපහසු අපත්‍ය වෙච්ච ආහාර තියේ නම් ඒවත් ජීර්ණය කරනවා. මළබද්ධය දුරු කරනවා. නමුත් අධික තරබාරු අය සහ කොලෙස්ටරෝල් තියෙන අය ඕනවට වඩා ආහාරයට ගැනීමෙන් වළකින්න. මොකද ආහාර රුචිය වඩවන නිසා තව තවත් අධිකව ආහාර ගැනීමට පෙළඹීමෙන් වෙනත් අතුරු ආබාධ ඇතිවෙන්න පුළුවන්.

රුක් අඟුන සාමාන්‍යයෙන් බඩවැටි, වැට මායිම්, පුරං ඉඩම්, ළඳු කැලෑවල ස්වභාවිකව හැදෙන අඩි 7 - 8 කට වඩා උස නොයන පඳුරක් ආකාරයට වැඩෙන ශාකයක්. ඕනෑම කාෂ්ට පරිසරයක හැදෙනවා. කැබැල්ල ගහට ඉතාමත් සමාන නමුත් පත්‍ර ඊට මඳක් දිගින් වැඩියි. ඉතා වටිනා ඖෂධීය ශාකයක්.

ඖෂධීය ගුණ ගත්තොත්, ස්ත්‍රී පුරුෂ දෙපක්ෂයේම බෙලහීනතාවය මගහරවා ගන්න ඉතා වටිනා ඖෂධයක්. ශරීර බෙලහීනතාවය නිසා දරුඵල නැති අයට ඉතා ගුණදායකයි. ඒ වගේම හන්දිපත් වේදනා, ඇටමිදුළු තුල ඇති අවහිරතා මග හරවනවා. ආතරයිටීස් රෝගීන්ටත් ඉතා ගුණදායකයි. ශරීරයට අගුණ දේවල් ඇතුල් වෙලා තියේ නම් ඒවා ඉවත් කරනවා.

රුක් අඟුන දළුවල කහට ගතිය යන්න දියේ දාල ලුණු පොඩ්ඩක් එකතු කරල මඳක් තම්බල දිය හැරල සාමාන්‍ය ව්‍යංජනයක් සකස් කරන ආකාරයට හෝ කරපිංච, ඉඟුරු, සුදු ළූණු, ගම්මිරිස්, රතු ළූණු, පොල් සහ අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට ලුණු ටිකක් එකතු කරල හොඳින් කොටා ගත්තට පස්සෙ රසවත් පලා සම්බෝලයක් වශයෙන් හෝ ළපටි දළු මැල්ලුමක් ආකාරයටත් සකස් කර ගන්න පුළුවන්. ඒ වගේම දියේ දාන්නෙ නැතිව සාමාන්‍ය කොළ කැඳක් ආකාරයටත් සකස් කරල ආහාරයට ගන්න පුළුවන්. තරමක් උෂ්ණ ආහාරයක් නමුත් පොල් හෝ පොල් කිරි මිශ්‍ර කරල ආහාරයට ගැනීමෙන් ඒ ගතිය මග හැරිල යනවා. ඒ නිසා විශේෂයෙන් රක්ත උෂ්ණය තියෙන අය ආහාරයට ගන්නව නම් පොල් එකතු කරල ගන්න ඕන.

දිය සෙවෙල් ඇල දොල, දෙපාවල්, නාන ළිං, පොකුණු, දිය බුබුළු... ආදී සියලු තැන්වල දකින්න ලැබෙන, දැනට මාළු විතරක් ආහාරයට ගන්නා වෙනත් කිසිවෙක් ප්‍රයෝජනයට නොගන්නා ඖෂධයක්. මෙහෙම කිව්වම කෙනෙකුට පුදුම හිතෙන්න පුළුවන් දිය සෙවෙල් ආහාරයට ගන්නවද කියල. ආහාරයක් වශයෙනුත්, ඖෂධයක් වශයෙනුත් නොසළකා හැරල තිබුනත්, හෙළ වෙදකමේ කිරණ අටම ගමන් කරන, ගුණ අටෙන්ම යුත් ඖෂධ අතර ප්‍රමුඛස්ථානයක් ගන්නා ස්වභාවික ඖෂධීය ආහාරයක්. ඒ කියන්නෙ ඖෂධයක තියෙන රජ, බිසව, පුරෝහිත, සෙන්පති, ඇමති, සොල්දාදුවා, ඔත්තුකාරයා, කසලශෝධක... ආදී වශයෙන් කියන්නා වූ ගුණ 8 ම තියෙනවා. ඒ ගුණ 8 ම කිරණ ආකාරයෙන් ගමන් කරනවා.

දිය සෙවෙල ඕනෑම දෙයක් සමග මිශ්‍ර කරන්න පුළුවන්. හැම දිය සෙවෙල වර්ගයක්ම ආහාරයට ගන්න පුළුවන් වුනත් ඒවා ලබා ගන්නා මූලාශ්‍රයේ පිරිසිදුතාවය මත ඒ කාරණය වෙනස් වෙනවා. ගංගා, ඇල දොල, ඔයවල්, දිය බුබුළු හෝ නාන ළිඳක වුනත් ජලය ගලාගෙන යන්නෙ නැත්නම් ඒවායේ තියෙන දිය සෙවෙල භාවිතයට නුසුදුසුයි. මොකද අපද්‍රව්‍ය රැඳෙන නිසා.

දිය සෙවෙලවලට අමතරව ගල් සෙවල කියල තවත් වර්ගයක් තියෙනවා. කඳකට හෝ ගලකට හෝ ඇලිල අඟල් 4 - 5 කට වඩා දිගට නොයන, ඇද්දම කැඩිල එන්නෙ නැතිව ඒවා සවි වෙච්ච කඳත් / ගලත් එක්කම කැඩිල එන විදිහට තියෙන්නෙ ගල් සෙවෙල. ඒවා සවි වෙච්ච ගල හෝ කොටයත් ජීර්ණ කරගෙන ඒකෙන් පෝෂණය අරගෙන තමයි හැදෙන්නෙ. ඒකත් ආහාරය සඳහා සුදුසුයි.

දිය සෙවෙල වළාකුලක් වගේ හැම තැනම පැතිරෙනවා. මේ දිය සෙවල එක කොනක් ජලයේ තියෙද්දි ගලක හෝ ලොකු කඳන් පාදක කරගෙන ගලාගෙන ජලයේ අඩි 2 - 3 ක් දිගට හෝ සමහර විට අඩි 10 - 15 ක් හෝ ඊටත් වැඩි දිගින් යුක්තව වැඩිල තියේ නම් අන්න ඒ දිය සෙවෙල් විතරක් ආහාරයට ගන්න සුදුසුයි.

කොහොම හරි ඉස්සෙල්ලම ලබා ගත්ත දිය සෙවෙල් ටික හොඳින් හෝදගන්න. රොඩු කැලි හෝ වෙනත් අනවශ්‍ය අපද්‍රව්‍ය තියේ නම් ඉවත් කරගන්න. ඒ විදිහට පිරිසිදු කර ගත් දිය සෙවෙල් ටික හොඳින් මිරිකල දිය බිංදුවක්වත් නැතිවෙන්න අව්වෙ වේළගන්න. ඉන්පසු මිශ්‍රණ යන්ත්‍රයකින් හෝ වංගෙඩියක දමා කොටාගෙන පිටි විදිහට හලාගෙන වියළි භාජනයක අසුරගෙන තමන්ට අවශ්‍ය විදිහට පාවිච්චියට ගන්න පුළුවන්. එකවරම හදාගන්නකොට වැඩිපුර සකස් කර ගත්තොත් දිය සෙවල කුඩු අවුරුද්දක් විතර නරක් නොවී තියාගෙන පාවිච්චියට ගන්න පුළුවන්.

මේ විදිහට හදාගත්ත දිය සෙවෙල පිටි, රොටි පුච්චනකොට ටිකක් එකතු කරගන්න පුළුවන්. ඒ වගේම කැඳක් හදනකොට, ඕනෑම කොළ වර්ගයක්, මැල්ලුමක් උයනකොට, එළවළු බතක් උයනකොට, පිට්ටු හදනකොට, බැදුමක් හදනකොට මේ ඕනම ක්‍රමයකින් ආහාරයට එකතු කරගන්න පුළුවන්.

දැන් මේ දිය සෙවෙල්වලින් ලැබෙන ඖෂධීය ප්‍රතිලාභ ගත්තොත්, ආමාශය - පෙණහළු - හදවත - මහ බඩවැල - කුඩා බඩවැල් - අග්න්‍යාශය - අක්මාව - පිත්තාශය - වකුගඩු - මුත්‍රාශය... ආදී සියලු පද්ධති / ඉන්ද්‍රියන්ගේ එකතු වෙලා තියෙන සියලු අපද්‍රව්‍ය, කාරම් ඉවත් කරල ස්නායුත් සමග යථා තත්ත්වයට පත් කරනවා. ගැලවීමට අපහසු විදිහට රැඳිල බැඳිල තියෙන සියලු කාරම් ක්‍රමානුකූලව දිය කරල ඒ සියලු පද්ධති සක්‍රිය කරනවා. මළබද්ධය දුරු වෙනවා.

ඒ වගේම අර්ශස් ගෙඩි, භගන්දරා... ආදී රෝගී තත්ත්වයන් තියෙන අයටත් ඉතා ගුණදායකයි. ඊට අමතරව ඇස්වල සිවි වේළීම, ශරීරය වේළීම, සමේ වියළි ස්වභාවය, කටට කෙළ උනන්නෙ නැතිකම, පිළිකා, ඉනා බන්ධන... ආදියටත් ඉතා ගුණදායකයි. මොකද මේ දිය සෙවෙල්වලින් ශරීරයට අනවශ්‍ය සියලු දෑ දිය කරල හරිනවා. ඒ වගේම රුධිර නාල පිරිසිදු කරනවා. අමතර අනවශ්‍ය මේදය දිය කර හරිනවා. දියවැඩියා රෝගීන්ටත් ඉතා ගුණදායකයි. රක්ත උෂ්ණය තියෙන අයටත් ඉතාමත් ගුණදායක ආහාරයක්. තුන් දොස් සමනය කරනවා. හෙළ වෙදකමේ එන හොඳම කසල ශෝධකයෙක්.

ඒ වගේම ලොඳය නැති තැඹිලි ගෙඩියක ඇස්ස කපල ඒකට දිය සෙවෙල් කුඩු මේස හැන්දක් විතර එකතු කරල ඇස්ස වහල රාත්‍රියට පින්නෙ පැය 6 ක් විතර තියල උදේ පාන්දර අරගෙන පිරිසිදු රෙදි කැබැල්ලකින් වතුර ටික පෙරාගෙන හිස් බඩ මාසයක් විතර පානය කිරීමෙන් මුත්‍රාශයේ ගල් හෝ වැලි සහිත ස්වභාවයන්, වකුගඩුවේ ගල් ඇත්නම් ඒවත් දිය වෙලා යනවා.

මීට අමතරව දිය සෙවෙල් උපයෝගී කරගෙන ඉහත රෝගී තත්ත්වයන්ට ඖෂධ හදා ගන්නා ආකාරය ඉදිරියේදී ඉදිරිපත් කරන්න බලාපොරොත්තු වෙනවා. වකුගඩු රෝග සඳහා හදා ගන්නා ඒ වගේ ඖෂධයක් මේ කලාපයේම පළ කරල තියෙනවා.

සටහන
නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන

හෙළ බොදු පියුම දහම් සඟරාවේ 88 වන කලාපය සඳහා ශ්‍රමය හා මූල්‍යමය දායකත්වය සැපයූ පිංවතුන්

<u>ශ්‍රම දයකත්වය</u>

■ පූජ්‍ය කිවුල්දෙණියේ විජිතනන්ද හිමි ■ ධම්මික සේනාධීර මහතා - හසරු ප්‍රින්ටර්ස් - මාලබේ ■ චන්දන සිරිවර්ධන මහතා - අලපලාදෙනිය ■ චතුර හිඳුරංගලගේ මහතා - නුගේගොඩ ■ අමිත් සමරනායක මහතා - බෙල්ලන්තර ■ සඳරුවන් පෙරේරා මහතා සහ මාරියස් පෙරේරා මහතා - මොරටුව ■ තුසිත මංගල මහතා - පාදුක්ක ■ එස්. ඒ. එස්. පෙරේරා මහතා - පානදුර ■ ෆික්රි ඉස්මයිල් මහතා - ගොතටුව ■ සුජීවනී ජයවර්ධන මෙනවිය - පාදුක්ක ■ සාලින්ද ශ්‍රී ජයවර්ධන මහතා - පිටකෝට්ටේ ■ චමීර රත්නායක මහතා - ඇඹුල්දෙණිය ■ - ඩැනියෙල් වර්ණසූරිය මහතා - ගම්පහ ■ ඩී. සී. ආර්. ඇක්සස් මුද්‍රණාලයේ අධිපතිතුමා ඇතුළු කාර්ය මණ්ඩලය - පිටකෝට්ටේ ■ ඉමාෂි මුද්‍රණාලයේ අධිපතිතුමා ඇතුළු කාර්ය මණ්ඩලය ■ නන් අයුරින් දයක වූ පින්වතුන්

<u>මූල්‍යමය දයකත්වය</u>

■ සනත් දයාප්‍රේම මහතා, රේණුකා ජයවර්ධන මහත්මිය, අනුක් දයාප්‍රේම පුතා, ෂෙලෝමි දයාප්‍රේම දුව - ඇමරිකාව - රු. 30,000/- ■ ආසිරි වනිගරත්න මහතා සහ දීපිකා සන්දනායක මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - මහරගම - රු. 25,000/- ■ ශානක ද සිල්වා මහතා, චරනි ද සිල්වා මහත්මිය, රහල් ද සිල්වා පුතා, ගනිඳු ද සිල්වා පුතා, දෙව්රු ද සිල්වා දුව - දෝහාකටාර් - රු. 24,375/- ■ තිළිණ විජේරත්න මහතා සහ පවිත්‍රා දූදිගම මහත්මිය - ඇමරිකාව - රු. 23,100/- ■ තුසිත නාකන්දල මහතා, සරූපා නාකන්දල මහත්මිය, දෙව්න්යා දුව - ගල්කිස්ස - රු. 20,000/- ■ සුරත් මධුරංග, ජී. වී. විමලසේන, ෂමින්ද අනුරුද්ධ, චූල විජේසූරිය, ජීවන්ති විජේසූරිය, බී. වී. සී. ලක්ෂ්මි, වරුණි ප්‍රියංකා, රුෂානි මධුකලා, පද්මසීලි යන මහත්ම මහත්මීන් සහ තුලානි නිරාශා මෙනවිය - පමුණුව - රු. 11,500/- ■ චතුර හිඳුරංගලගේ මහතා, නදීරා අරම්පොල මහත්මිය, තනුරි හිඳුරංගලගේ සහ සනුරි හිඳුරංගලගේ යන දියණියන් - නුගේගොඩ - රු. 10,000/- ■ සමන් සිල්වා මහතා - කළුතර - රු. 10,000/- ■ නිලක්ෂි වීරකෝන් මහත්මිය - මාලබේ - රු. 10,000/- ■ සහන් සල්පගේ මහතා - ඇමරිකාව, විමර්ශා සල්පගේ මෙනවිය - කිරිබත්ගොඩ - රු. 10,000/- ■ චාරුත බණ්ඩාර මහතා සහ තිමිර බණ්ඩාර මහතා - ඇමරිකාව - රු. 8,900/- ■ පූජ්‍ය කොච්චිකඩේ ප්‍රඥාමූර්ති හිමි - රු. 5,000/- ■ අමිත් හඳුගොඩ මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - අත්තිඩිය - රු. 5,000/- ■ ගයාන් පුෂ්පික ඉන්ද්‍රජිත් ලොකුමාන්න මහතා, හිරෝෂානි ලොකුමාන්න මහත්මිය, සෙනුත් ලොකුමාන්න පුතා, කෙනුලි ලොකුමාන්න දුව - ගල්කිස්ස - රු. 5,000/- ■ සොනාලි සමරදිවාකර මෙනවිය - මහරගම - රු. 5,000/- ■ අමිල සල්ගාදු මහතා සහ කාන්ති ඒකනායක මහත්මිය - බෝමිරිය - රු. 5,000/- ■ මෙරිල් ඩයස් මහතා, ඩිලානි ඩයස් මහත්මිය, ශවින්ද්‍රි ඩයස් සහ ප්‍රශානි ඩයස් යන දියණියන් - නාවින්න - රු. 5,000/- ■ නෙළුම් විතාන මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - බත්තරමුල්ල - රු. 5,000/- ■ දිනේෂ ලියනගේ මහතා, ඔල්ගා ලියනගේ මහත්මිය, තේමික ලියනගේ, ලිතුලි ලියනගේ, තිසරි ලියනගේ යන දරුවන් - මහර - රු. 5,000/- ■ මහේන්ද්‍ර ජයවර්ධන මහතා, සමන්තා සේනානායක මහත්මිය සහ යතික ජයවර්ධන පුතා - ඇමරිකාව - රු. 5,000/- ■ තිස්ස වර්ණසූරිය මහතා සහ භද්‍රා වර්ණසූරිය මහත්මිය - ජාඇල - රු. 5,000/- ■ අසේල බෙන්තර මහතා සහ චතුරිකා කහඳුගොඩ මහත්මිය - ඇමරිකාව - රු. 4,450/- ■ ලක්ෂ්මන් සෙනෙවිරත්න මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - මහියංගනය - රු. 4,000/- ■ සී. වීරසිංහ මහතා - රු. 4,000/- ■ සංජීව පද්මනාත් මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - කහතුඩුව, රුවන් සමරසිංහ මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම, චමිල ඉලංගකෝන් මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - හෝකන්දර, අශෝක ජයසේකර මහතා, චන්ද්‍රා ජයසේකර මහත්මිය - මාතලේ - රු. 4,000/- ■ බුද්ධික බණ්ඩාරනායක මහතා සහ දිස්නා බණ්ඩානාරයක මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - ඇමරිකාව - රු. 3,550/- ■ හර්ෂ අමරසේකර මහතා සහ උදුම්බරා රත්නායක මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - ඇමරිකාව - රු. 3,550/- ■ නිශාන්ත ජයවර්ධන මහතා සහ කවින්ද්‍යා සේනානායක මහත්මිය - ඇමරිකාව - රු. 3,550/- ■ විමුක්ති සෙනෙවිරත්න මහතා සහ ජයමිණි ජයවර්ධන මහත්මිය - ඇමරිකාව - රු. 3,550/- ■ අයේෂ් ගුණවර්ධන මහතා සහ නිරාශා පෙරේරා මහත්මිය - ඇමරිකාව - රු. 3,550/- ■ අසේල දික්කුඹුර මහතා - ඇමරිකාව - රු. 3,550/- ■ කරගම්පිටිය ශාස්ත්‍රානන්ද පිරිවෙන් විහාරස්ථානයේ සදහම් වැඩසටහනට සහභාගි වන පින්වතුන් - රු. 3,000/- ■ ජනක හපුආරච්චි මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - ගිනිගත්හේන - රු. 3,000/- ■ කේ. එම්. සමන්ත ප්‍රදීප් මහතා - කඹුරුගමුව, මාතර - රු. 3,000/- ■ නිශාන්ති ද සිල්වා මහත්මිය - මොරටුව - රු. 3,000/- ■ සුජාන් කරස්නාගොඩ මහතා සහ තිලූෂි දිසානායක මහත්මිය - ඕස්ට්‍රේලියාව- රු. 3,000/- ■ රෝෂණ උමගිලිය මහතා, දුලානි මණ්ඩාවල මහත්මිය, රදීන් රාහුල් උමගිලිය පුතා සහ ටරිනි උමගිලිය, යෙනුලි උමගිලිය දියණියන් - පොළොන්නරුව - රු. 3,000/- ■ නිලංක වීරතුංග මහතා සහ ලලනි මාවැල්ල විතානගේ මහත්මිය - ඇමරිකාව - රු. 2,700/- ■ ටී. ටී. පී. සිල්වා මහත්මිය - නාගොඩ, කළුතර - රු. 2,500/- ■ ඩී. ඩී. විතාරණගේ මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - නුගේගොඩ - රු. 2,500/- ■ ඩී. ඒ. ගයාන් නයනජිත් මහතා - බණ්ඩාරගම - රු. 2,500/- ■ සකුන්තලා ඒකනායක මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - බත්තරමුල්ල - රු. 2,000/- ■ වෛද්‍ය තාරක රත්නායක මහතා සහ ලසන්ති රත්නායක මහත්මිය - නුගේගොඩ රු. 2,000/- ■ ගුණපාල ඉද්දගොඩ මහතා - විජේරාම - රු. 2,000/- ■ නැදිමාල ශ්‍රී සෝමානන්ද විහාරයේ සදහම් වැඩසටහනට සහභාගී වන පින්වතුන් - රු. 2,000/- ■ ඔස්ටින් ප්‍රනාන්දු මහතා සහ සිසිර සිරිවර්ධන මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - පොල්ගහවෙල - රු. 2,000/- ■ ඉසුරු ගාල්ලගේ මහතා සහ මේනකා ශාන්තිනී මහත්මිය - කඩවත - රු. 2,000/- ■ ඩිලාරෝ වුඩ් කාවින් පුද්ගලික සමාගම - ගාල්ල - රු. 2,000/- ■ පී. රුවිනා දීපානි මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - පිටකෝට්ටේ - රු. 2,000/- ■ නුවන් යාපා අමරසේකර මහතා සහ චරිතා කුමාරි හෙට්ටිආරච්චි මහත්මිය - රදවාන - රු. 2,000/- ■ රජිත් යාපා අමරසේකර මහතා - රදවාන - රු. 2,000/- ■ නම සඳහන් නොකළ පින්වතෙක් - පිටකෝට්ටේ - රු. 2,000/- ■ උදේශා සංජීවනී මෙනවිය - යක්කල - රු. 2,000/- ■ එම්. පී. ප්‍රේමරත්න මහතා සහ එම්. පී. ශේන් වාල්යා මෙනවිය - කටුවාවල - රු. 2,000/- ■ ජනක කුමාර මහතා - ඇමරිකාව - රු. 1,800/- ■ සමිත ඕවිටිගල පුතා සහ මහේන් පුතා ඇතුළු පවුලේ සැම - කුලියාපිටිය - රු. 1,590/- ■ අයිරාංගනී තිලකරත්න මහත්මිය - නාවල - රු. 1,500/- ■ ඒ. ඒ. එන්. අමරසිංහ මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - අවුලේගම - රු. 1,500/- ■ නන්ද කුමාර පෙරේරා මහතා - මාලබේ - රු. 1,500/- ■ ඩබ්. චන්ද්‍රරත්න මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - පාදුක්ක - රු. 1,500/- ■ සමීර ශ්‍රීමාල් මහතා සහ කලණි ප්‍රියදර්ශනී මහත්මිය - කටාන - රු. 1,290/- ■ එස්. ප්‍රසන්න ප්‍රියදර්ශන සිල්වා මහතා සහ මධුෂිකා ලක්මුතු පියදිගම මහත්මිය - ගල්කිස්ස - රු. 1,200/- ■ දිල්හාර වික්‍රමාරච්චි මහතා - නෙළුම්දෙණිය - රු. 1,050/- ■ ශ්‍යාමල් බණ්ඩාර මහතා - කුරුණෑගල - රු. 1,000/- ■ සී. එම්. පී. සී. ලක්රුවන් මහතා - කළුතර - රු. 1,000/- ■ මෝක්ෂර තිලකසිරි පුතා - බැලුම්මහර - රු. 1,000/- ■ සමෘද්ධි තිලකසිරි පුතා - බැලුම්මහර-

රු. 1,000/- ■ එල්. ඒ. කේ. ද සිල්වා මහතා - කිරුලපන - රු. 1,000/- ■ නිලූකා වෙල්ගම මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - කඳන - රු. 1,000/- ■ පද්මිණී සේනානායක මහත්මිය - කළගෙඩිහේන - රු. 1,000/- ■ රාහුල ඉන්ද්‍රකුමාර මහතා - මිනුවන්ගොඩ - රු. 1,000/- ■ වෛද්‍ය යෙනිකා කුමාරි මහත්මිය - එක්සත් රාජධානිය - රු. 1,000/- ■ කේ. වසන්තා කුමාරි ආරියසිංහ මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - නාගහහේන - රු. 1,000/- ■ ඒ. ඒ. අකිල ඩිල්ශාන් පුතා - රදවාන - රු. 1,000/- ■ කේ. එම්. කේ. උදිත ලක්ෂාන් පෙරේරා මහතා, කේ. එම්. කේ. චන්ද්‍රිකා ප්‍රියානි පෙරේරා මහත්මිය, කේ. ඩග්ලස් පෙරේරා මහතා - මිනුවන්ගොඩ - රු. 1,000/- ■ ශ්‍රීමා අබේකෝන් මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - මෙල්බන් නුවර - රු. 1,000/- ■ කේ. ඒ. උපාලි ජිනදාස මහතා - දිවුරුම්පිටිය - රු. 1,000/- ■ ලක්ෂිකා සංජීවනී මහත්මිය - මිනුවන්ගොඩ - රු. 1,000/- ■ දමයන්ති ලියනගේ මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - කිඹුලාපිටිය - රු. 1,000/- ■ දිලීපා පීරිස් මහත්මිය - මාතලේ - රු. 1,000/- ■ එරන්දතී සඳසීලි මහත්මිය - නිට්ටඹුව - රු. 1,000/- ■ තරිඳු ලකල් ජයතිලක මහතා - වැලිවේරිය - රු. 1,000/- ■ විනීතා කැකුලාවල මහත්මිය - කඳන්ගමුව - රු. 1,000/- ■ කේ. ඒ. දුල්නිත නිසිඳු කුමාර පුතා - පාදුක්ක - රු. 1,000/- ■ කුසුමා තෙන්නකෝන් මහත්මිය - සේදවත්ත - රු. 1,000/- ■ රංජිත් වික්‍රමසිංහ මහතා, පද්මාවතී වික්‍රමසිංහ මහත්මිය, සුභාෂිනී දිසානායක මහත්මිය - කඩිගමුව, උපුල් විජේනායක මහතා - මාවනැල්ල, මනෝජ් ජයසූරිය මහතා - මහරගම, කුමාරි ගොඩවිට මහත්මිය - කුරුණෑගල, එම්. ඩී. තිලකරත්න මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - වැලිපැන්න, තිස්ස බී. අතාවුද මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - ජාඇල, පී. ඩී. නයනි නිරෝෂිකා මිය - මීගොඩ, පී. ඩී. සිරිසේන මහතා - මීගොඩ, විපුල සංජීව මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - හෝමගම, ප්‍රභාෂ්වර බණ්ඩාර මහතා - පිටකෝට්ටේ - එකතුව - රු. 6,000/-, එකතු වූ සියලු මුදල් පරිත්‍යාග - රු. 365,755/- ■ පළමු පිටපත් 15,000 සඳහා මුද්‍රණ වියදම රු. 395,250/- ■ අනෙකුත් වියදම් - 13,550/- ■ සම්පූර්ණ වියදම - රු. 408,800/- ■ එක් පිටපතක නිෂ්පාදන වියදම - රු. 27.25/- ■ මුද්‍රණ කටයුතු සඳහා ගිය හිඟ මුදල සඟරා අලෙවියෙන් පියවා ගන්නා ලදී. සඟරා අලෙවියෙන් ලැබෙන ඉතිරි සියලු මුදල් නැවත මුද්‍රණ කටයුතු ඇතුළු දහම් කටයුතු සඳහාම යොදවනු ලැබේ.

ඉහත නම් සඳහන් පිංවත් පිරිස ඇතුළු ආධාර උපකාර කළ සියලු දෙනා සිදු කරගත් මේ පුණ්‍ය කුසල ආශිර්වාද හේතු කොටගෙන, අනන්ත සසරේ පටන් මේ දක්වා තම තමන් අතින් අවැඩ, අසාධාරණ, වැරදි, ප්‍රමාද දෝසවලට ලක් වූ සියලු දෙනාට මෙන්ම උදව් උපකාර කළ සැමටත්, මියගිය සතර වරිගයක ඥාති මිත්‍රාදීන්ටත් මේ පුණ්‍ය කුසල ආශිර්වාද විහිදී පැතිරී පිහිටා සුගතිගාමීව තම තමන්ගේ පැතුම් පරිදි නිර්වාණාවබෝධයටද හේතු වාසනා වේවා! එම ආධාර උපකාර කළ පිංවත් පිරිස් ඇතුළු සිය පවුල්වල සැමටත්, නිදුක් නිරෝගී සුවය ලැබී, කරන කියන යහපත් රැකී රක්ෂා ව්‍යාපාර ආදියෙන් සියලු ජයග්‍රහණයන් අත් වේවා. දූ දරුවන්ගේ අධ්‍යාපන ආදී කටයුතුවලින් විශිෂ්ඨ ජයග්‍රහණ අත් වී සුචරිත පිරිසක් වී සියලු අභිවෘද්ධිය උදා වේවා!

හෙළ බොදු පියුම දහම් සඟරාවේ පසුගිය කලාප ඇතුලු සියලු කලාප දැනට ලබාගත හැකි ස්ථානඃ

■ චන්ද්‍රල වෙළඳ විමන, අංක 104, හයිලෙවල් පාර, මහරගම 077 7258851 ■ හසරු ප්‍රින්ටර්ස් - මාලබේ. (071 4220558 / 011 2744308) ■ පිනැකල් නෙට් - හයිලෙවල් පාර, ගොඩගම - 011 2895132 ■ තුෂාරා ෆැෂන් - හයිලෙවල් පාර, හෝමාගම - 011 2857572 ■ තුෂාරි සාරි සෙන්ටර් - කොළඹ පාර, පාදුක්ක - 076 6114237 ■ නිව් පියුමි කොමිනිකේෂන් - පීරිස් මාවත, කළුබෝවිල - 077 3742023 ■ නැදිමාල ශ්‍රී සෝමානන්ද විහාරයේ සදහම් වැඩසටහනින් (බදාදා පෙ. ව. 9.00 සිට 3.00 දක්වා පමණි.) 077 2292677 / 071 3228571 ■ දෙහිවල කරගම්පිටිය ශාස්ත්‍රානන්ද පිරිවෙන් විහාරයේ සදහම් වැඩසටහනින් (සෙනසුරාදා උදේ 8.30 සිට සවස 2.00 දක්වා පමණි) (දෙහිවල පොලිස් ස්ථානය අසල) - 071 8059784, 077 2055098 ■ සෙනාරෝ සෙන්ටර් - අංක 35, රාජගිරිය පාර, රාජගිරිය - 075 5569555 ■ සිදේවි හෝටලය, වේයන්ගොඩ පාර, කිරිඳිවැල. 071 0118101 ■ කුමාර අයන් වර්ක්ස් - 209 ඒ, ගලහිටියාව, ගනේමුල්ල - 076 9604682, 071 3329621 ■ පෝලර් රීජන්ස් 402 සී, ගාලු පාර, පානදුර 038 2235369 ■ සරසවි පොත්හල - 330/ඒ, ගාලුපාර, අළුත්ගම - 077 3474081 ■ සුධීර කොමිනිකේෂන්, පිටිගල පාර, පැලවත්ත. - 071 2103177, 075 2679202 ■ සහන ෆාමසි - මූණගම, හොරණ - 071 2608776 ■ උපාලි පූජා භාණ්ඩ මන්දිරය - හොරණ 077 7722531 ■ සමනල පොත්හළ - නෙළුව - 071 2837757 ■ ස්ටුඩියෝ සෙවන් සීරෝ, තවලම හන්දිය, තවලම (ඉන්ධන පිරවුම් හල අසළ) 071 5827923 ■ ගේට්වේ අධ්‍යාපන ආයතනය - කලේගාන, ගාල්ල - 091 2242610 ■ නිව් මෙට්‍රෝ කම්පියුටර්ස් - කාලිදාස මාවත, මාතර - 041 2225118 ■ හෙළ බොදු සිසිල සෙනසුන - මුරුතමුරේ, හක්මන - 041 3021878 ■ පත්මසිරි ස්ටෝර්ස් - මුරුතමුරේ (පන්සල අසල) හක්මන - 071 4133487 ■ මෝලෙ කඩේ - මුදුන, වලස්මුල්ල - 071 1662643 ■ දිලුනෙත් - පාසල් මාවත, කඹුරුපිටිය - 071 9856555 ■ රාජපක්ෂ වෙළඳසැල - බැද්දෙගෙදර, මිද්දෙණිය පාර, වීරකැටිය - 07 12136329 ■ සංජීව සුපර් ග්‍රොසරි - ප්‍රධාන වීදිය, බඩල්කුඹුර 075 5863883, 055 2250051 ■ හොරණ වාසනා බේකරිස්, අංක 31, තිස්ස පාර, වැල්ලවාය - 071 8375871 ■ අමර බුක් ෂොප් ඇන්ඩ් කොමියුනිකේෂන් - අංක 113/11 ඒ, බණ්ඩාරනායක මාවත, රත්නපුර - 071 2404242, 072 2404242 ■ සොබා දහම් ගොවිපොළ, සණස, උකුවෙල, මාතලේ - 071 8261500 / 066 2245353 ■ චන්ද්‍රල වෙළඳ විමන, අංක 124, කෙලින් වීදිය, මාතලේ - 077 3632966 ■ ඒකනායක මන්තින්ද්‍රාරාමය - ඉහළගම, මහඋඩගම, ගම්පොළ, නුවර - 077 541 64 61 / 081 020 57572 ■ අමිල ට්‍රේඩර්ස් , අංක ඩී1, ඒ. ඒ. ධර්මසේන මාවත, මහනුවර - 075 7246797 ■ අරිය චින්තාශ්‍රම හෙළ බොදු සෙනසුන, බාලදක්ෂ මාවත, ගල්කඩවල, අනුරාධපුර - 076 6442125 ■ අරි සිතුම් අරණ දහම් මැදුර, දේවගිරිපුර, ගල්ගමුව - 071 1211876 ■ හොරණ වාසනා බේකරිස්, මැදවච්චිය (ඔරලෝසු කණුව ඉදිරිපිට) - 071 8375871 ■ ප්‍රජාපතී ගෝතමී ආරාමය, පහලගම, සියඹලන්ගමුව, මාස්පොත - 037 4902817 ■ පිවිතුරු අරණ සෙනසුන - කට්ටකඩුව, ආඩියාගල, දඹුල්ල - 025 5789988 ■ සීගිරි පොත්හළ, පොළ හන්දිය, මහව - 077 6243804 ■ ශෛල පබ්බතාරාමය, ගිජිඳගම, පොල්ගහවෙල - 071 212 5880 ■ ටී. කේ. ස්පෝට්ස්, මීගහකොටුව, කුලියාපිටිය - 037 2283337 ■ රුහුණු ෆුඩ් ලයින්, අංක 05, හලාවත පාර, කොච්චිකඩේ - 031 2277726 ■ චන්දන පූජා භාණ්ඩ - 100, බදුල්ල පාර, හාලිඇල - 055 2294999 ■ සෙව්වන්දි පොත්හළ, පාසල් මාවත (වැරෙන්කටගොඩ මහා විද්‍යාලය ඉදිරිපිට), වැරෙන්කටගොඩ, අම්පාර 077 4182684 / 077 0844980

තැපෑලෙන් ගෙන්වා ගැනීම සඳහා විමසන්න - ඩී. සී. ආර්. ඇක්සස් මුද්‍රණාලය - අංක 33, තලවතුගොඩ පාර, පිටකෝට්ටේ - 0777794676

ඉහත ආයතන හිමි පින්වතුන් මෙම සද් කාර්ය ඉටු කරනු ලබන්නේ කිසිදු වෙළඳ ලාභයකින් තොරව සාසනික කටයුත්තක් වශයෙන් පමණි.

විනිස ඇමති



සඟ නම වඩිති සැවතෙහි සිට වෙහෙර බලා
මග වැසි ඇද හැලෙයි ඇළ දොළ දෙගොඩ තලා
ළඟ තිබු විනිස හලැ මඳකට නතර වෙලා
රඟ සහ එහි අරුම විමසති සවන හෙළා

ඇම තිළු විනිස විසඳයි නඩු අනඩු කොට
හැම සඳ දිනුම තම සිත දිනු පිරිස හට
එම තුදු නොවේ අත යට ගනු දෙනු වලට
නිම වෙයි නඩු වරද වෙයි නිවැරදි කරුට

බිය නැත අපට විනිසුරු මැති සිටින තුරා
අය දිනු එලෙස පවසති සිත සතුට පුරා
සිය නඩු පැරදි අය කෙළෙසක සිටිනු දරා
එය මහ පවකි නඩු විසඳයි සිතට හොරා

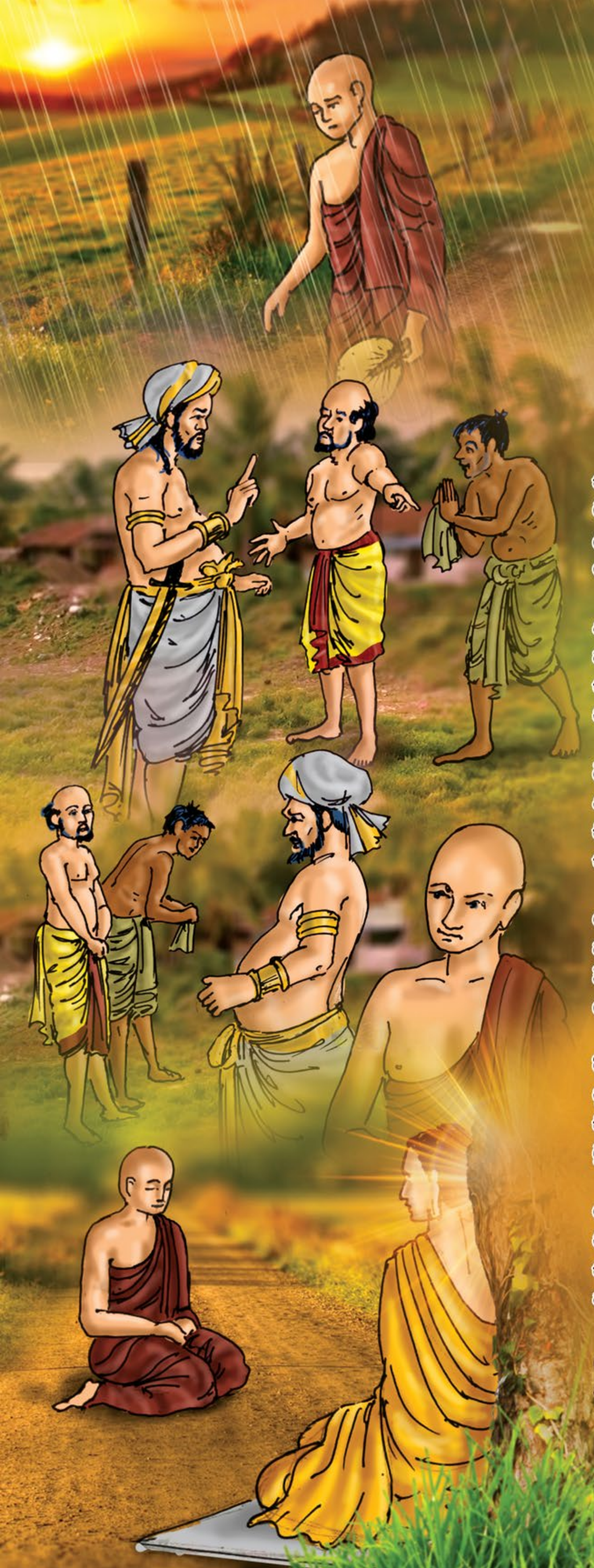
දෙපසම එලෙස තැන තැන හිඳ කරන කතා
හිමි නම කන වැකුණි අමිහිරි බවකි ඉතා
විසඳුම එබඳු නම් නීතියෙ පිහිට පතා
යනු කිම ගැටළුවකි ඇදහිය නොහැකි සිතා

රිදු මකි සිතට හිමි නම වෙහෙරට වඩිති
නුදු රක වැඩියෙහිද බුදු හිමි පිළි විසති
සිදු වුන කරුණු ආ ගිය තතු හෙළි කරති
බුදු හිමි එය ඇරැඹ සඟනට බණ දෙසති

ලෝ නිය දහම් නිය රජ නිය නිසිව දැන
නීතිය අනුව නඩු විසඳනු නොහැකි දන
සාමය නසති නීතිය තම අතට ගෙන
පාපය මහත දනු නිරයට පමුණු වන

(ධම්ම පදය - ධම්මට්ඨ වග්ගය ඇසුරෙනි)

පබැඳුම - කාව්‍ය ශිරෝමණී පානදුරේ එස්. ඒ. එස්. පෙරේරා



උන්වත් නොදැන
දහමෙනි
මේ පළි ගන්නේ...



එළි කර ගතොත් යහපති නැණ   නුවණකිනා
පළි ගත හොතින් දරුණුයි බුදු   සසුනකිනා
දැලි පිහියකින් කිරි පැණි කන   විලසකිනා
පිළි වෙත මෙලෙස උපමාවකි   දහමකිනා

ගැඹුරුයි සයුර සේ බුදු දම නොමැත   නිමා
දරුණුයි කළොත් සෙල්ලම් නොම ලැබෙති   සමා
අඳුරුයි කප් ගණන් හිටියොත් නොකර   කමා
සොඳුරුයි එබව දැන ගතහොත් සිරස   නමා

තුන් ලොව දිනන්නයි මේ දම් කඳ   දුන්නේ
මින් පෙර යට ගොසින් දැන් යළි මතු   වන්නේ
සුන් කර දමන්නට ඇතුලෙනි සැර   සෙන්නේ
උන් වත් නොදැන මේ දහමෙනි පළි   ගන්නේ

පෙරත් මෙලෙස කළ අය බුදු සසුනෙ   සිට
මළෙත් නිරය තිරිසන් ගති උරුම   කොට
ගියත් කප් ගණන් ආයුස දුකට   බට
නොවෙත් දහම සුලබව ඒ අයට   හෙට

හොඳ දේ බොහොම කෙටි කාලෙකි   පවතින්නේ
වද දෙයි නොමැත පැතිරෙන්නට ඉඩ   දෙන්නේ
අද හෝ හෙට වුවද මිය යා හැකි   වන්නේ
නිද හස නැතිද නිවනට අවසර   දෙන්නේ

එකිනෙක සතන් පිරූ පාරමී අනුව   එනා
හැකි බණ දහම විවිධයි දම් නියම   යෙනා
දකිනට ලැබුන විට තමනට වැඩිය   ගුණා
නොකියව ඇනුම් පද හේතුවෙ එල   නොදැනා

ලොවේ සම්මතව නෙක තනතුරුද   ඇත
නොවේ නිවන් මග ඒ කිසි දෙයක   මත
හවේ පිරූ පාරමී ඇති විටදී   සත
නිවේ දහම් ඇසි විට කිසි සැකද   නැත

නොදත් බණ දහම අන් අය දෙසන   විට
හදත් කතා නුසුදුසු ඉඳ දහම   පිට
එදත් අදත් ඕකයි ලොව සුදන   හට
යොදත් විරිය නිවනට කල් නොදම   හෙට

කෙනෙක් පමණ කළ හැක්කේ බුදු   හිමිටයි
එකෙක් නැත වැරදි නොම කළ ලොව   එමටයි
මෙතෙක් කියා කීවොත් නොම දත්   කමටයි
කොතෙක් කිවත් සැමටම දහමෙහි   පිහිටයි

පන්සාලිස් වසක් දම් දෙසු සමිඳු   එදා
පෙන්වා වදහළේ මේ දම නොවෙද   සදා
අන් අය පමණ කර භව අනතුරෙහි   නොදා
ළං වෙනු නිවන වෙත ලැබූ අත්බවයෙ   මෙදා

පබැඳුම - නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන

1088   RS.25.00
HELA BODHU PIYUMA 88

නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන විසින් සංස්කරණය කර නුගේගොඩ ගංගොඩවිල වනාත පාරේ අංක 96/A දරණ ස්ථානයේ පිහිටි ඉමාෂි මුද්‍රණාලයේ මුද්‍රණය කරවා ප්‍රසිද්ධ කරන ලදී.